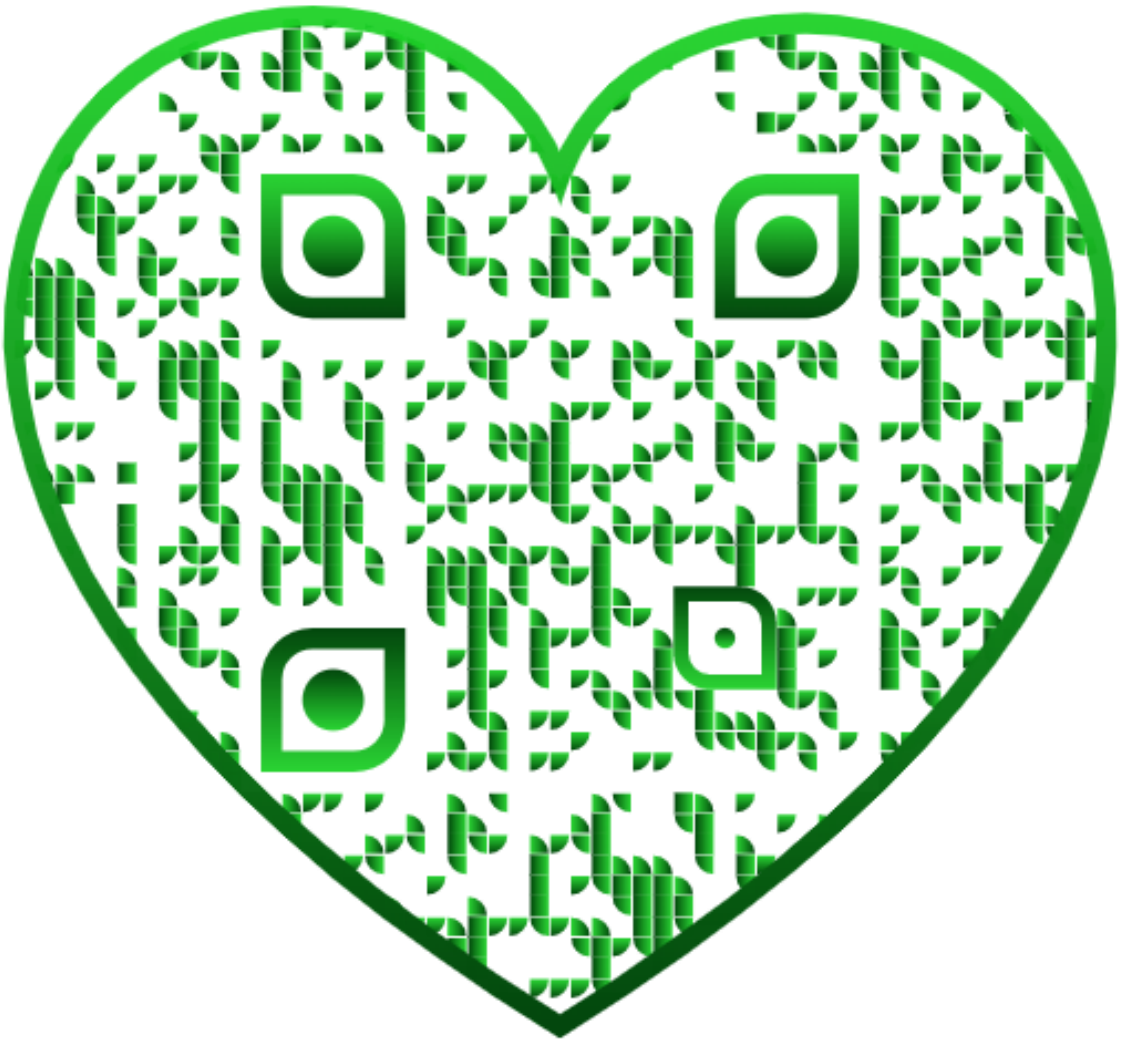
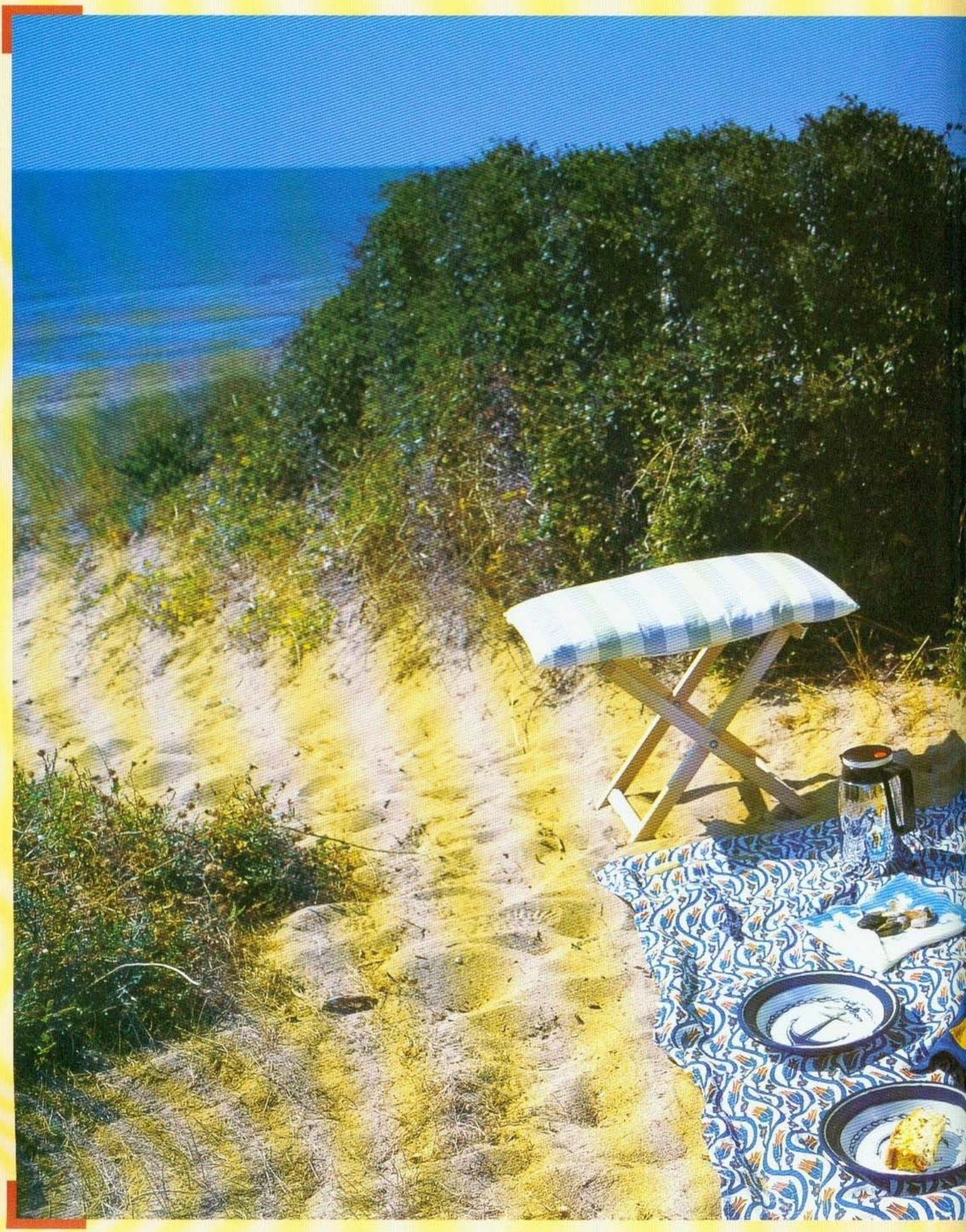
Élisa Vergne
Cuisine
de plein air
pique-niques | barbecues | buffets
HACHETTE





Joyeux pique-niques

Il fait beau, il fait chaud... Ne résistez plus à la tentation et partez pour la journée profiter des charmes de la nature. Quoi de mieux pour réussir une telle fête champêtre que de préparer soigneusement un joyeux pique-nique, savoureux et varié? Déterminez votre point de chute sans oublier qu'il faut une zone ombragée pour le déjeuner, établissez votre menu en tenant compte du fait que les activités et même tout simplement le grand air décuplent la faim, réalisez-le la veille ou le matin selon les mets choisis, réunissez bien tout votre matériel et, hop, en route!

Le matériel adéquat

Si les pique-niques font partie de vos habitudes estivales, vous avez probablement tout le matériel nécessaire — qui, au demeurant, n'a rien d'extraordinaire —, mais rien ne vaut une bonne vieille liste exhaustive, à savoir :

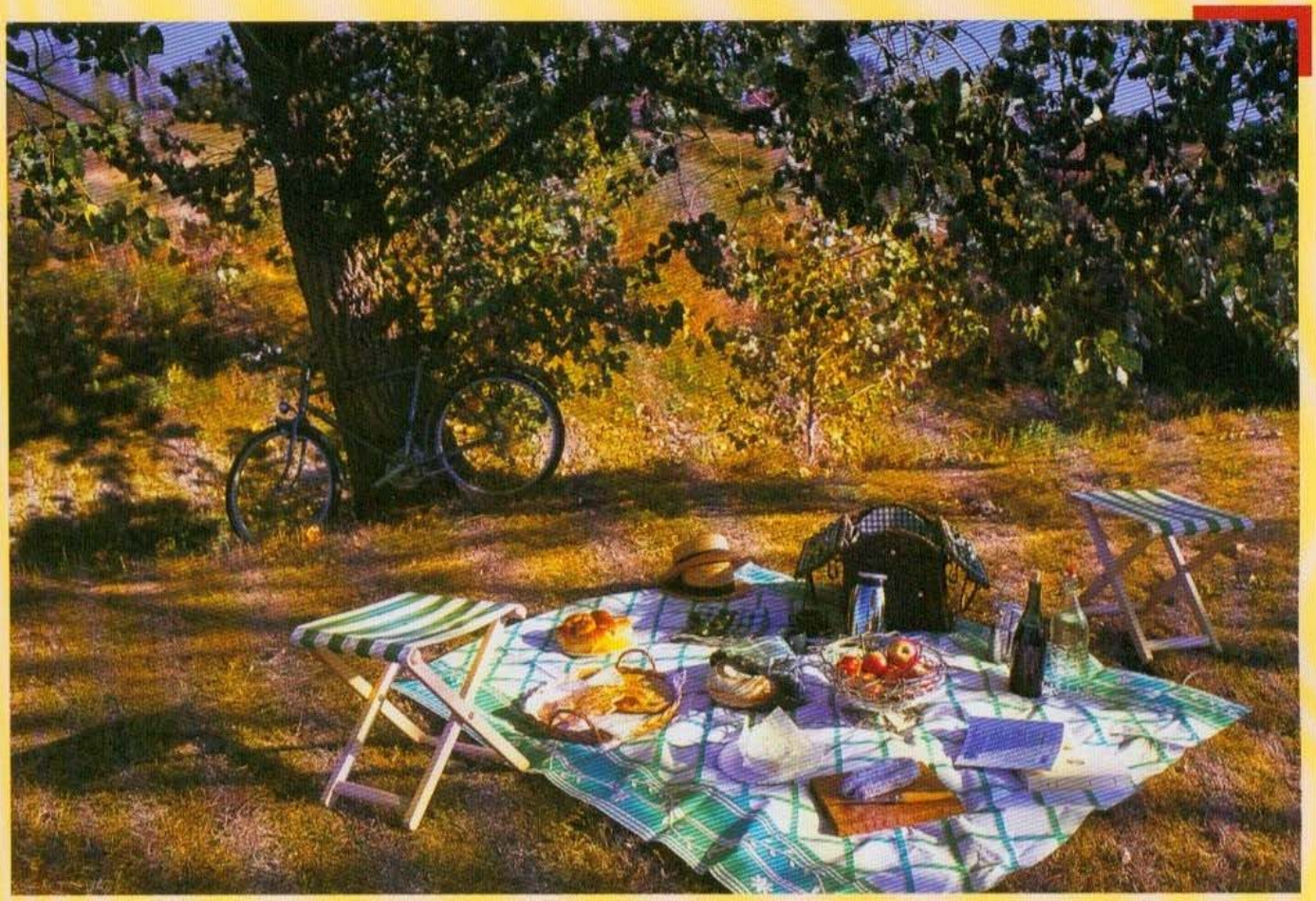
• Assiettes, verres et couverts : à prévoir, même si vous avez opté en catastrophe pour une sandwich-party. Peut-être possédez-vous l'une de ces mallettes qui font rêver tous les Anglo-saxons ? N'oubliez pas cependant de compléter son attirail si vous êtes plus nombreux que d'ordinaire. Les assiettes en carton sont valables si vous n'avez pas grand chose à couper, mais mieux vaut les choisir en carton très épais ou opter plutôt pour le plastique, guère plus onéreux ; les premières vous éviteront cependant une vaisselle fastidieuse au retour. Il en va de même pour les gobelets et les couverts, eux, résolument en plastique, mais à jeter après usage. Emportez plus de gobelets que de participants, ils ne vous encombreront guère, ne pèseront pas très lourd et seront fort utiles. Prévoyez un ou deux bons couteaux pour découper tartes, quiches, cakes et autres gâteaux.

• La nappe et les serviettes : mais oui, ce n'est finalement pas très agréable de poser tous les plats sur l'herbe et les petits insectes rampants qui se croiront invités au buffet pourront être débusqués à temps. Une toile cirée gaie ou une jolie nappe en papier assortie aux serviettes, également en papier, signeront le décor.

• L'omniprésent rouleau de papier absorbant qui fera office de torchon, d'essuie-mains, en un mot d'essuie-tout.

Pour garder au frais

• La glacière ou les sacs isothermes qui vous permettront de transporter fruits, boissons et aliments particulièrement fragiles. Si vous avez acheté les boissons en cours de route, ou si la route a été un peu longue, faites-les rafraîchir dans le petit cours d'eau qui ne peut manquer de serpenter à proximité, en vous



assurant que le courant ne risque pas de les entraîner un peu loin...
• Le tire-bouchon et l'ouvre-bouteille indispensables, un ouvre-boîte (sait-on jamais ?) ainsi que la salière et la poivrière.
• Éventuellement un Thermos contenant du café chaud si vous ne pouvez vous en passer.

Pour le transport

Prévoyez également pour le transport des denrées et plats cuisinés des sacs en plastique, de l'aluminium ménager, des boîtes de plastique fermant hermétiquement (surtout pour les préparations contenant un peu de liquide ou une éventuelle vinaigrette ou encore pour les fruits fragiles), des bocaux fermant hermétiquement pour le transport de la grenadine ou du sirop de framboise additionnés d'eau et de glaçons. Ayez d'ailleurs toujours une ou deux bouteilles d'eau potable dont les usages sont multiples dès que l'on se trouve loin d'un robinet.

Et quoi d'autre ?

Les pique-niques ne sont pas l'unique apanage des enfants et des sportifs : une table et des chaises pliantes seront les bienvenues pour les adeptes du confort-malgré-tout ; chaises longues, coussins et couvertures séduiront les « accros » de la sieste. Bien que la nature soit accueillante, n'oubliez pas la trousse de premiers secours pour parer aux coupures et aux piqûres indésirables.
Pour terminer en beauté, enfermez tous vos déchets dans des sacs en plastique et jetez-les dans la première poubelle venue. Chacun a le droit à une nature propre. ❑

Brioches aux légumes

Préparation 45 mn • **Repos de la pâte** 1 h 30 à 2 h • **Cuisson** 15 mn

Pour 8 brioches

Pour la pâte à brioche

- *250 g de farine*
- *125 g de beurre mou*
- *10 g de levure fraîche de boulanger*
- *3 œufs*
- *2 cuil. à soupe de lait*
- *1 cuil. à soupe de sucre*
- *1 1/2 cuil. à café de sel*

Pour la garniture

- *1 tranche de jambon blanc*
- *100 g de haricots verts*
- *3 carottes*
- *2 oignons*
- *1/2 boîte de salsifis*
- *2 cuil. à soupe de ciboulette hachée*
- *sel, poivre*

Pour la finition

- *20 g de beurre*
- *1 jaune d'œuf*

1. Préparez la pâte à brioche : faites dissoudre le sel et le sucre avec le lait. Émiettez la levure dans une tasse contenant 1 cuillerée à soupe d'eau tiède. Mettez le sel et le sucre, la farine et la levure dans le bol d'un robot pétrisseur et faites fonctionner l'appareil à petite vitesse. Ajoutez ensuite 2 œufs, puis le dernier œuf lorsque la pâte est lisse. Continuez à faire fonctionner l'appareil jusqu'à ce que la pâte devienne élastique. Incorporez alors le beurre par morceaux.

2. Mettez la pâte dans une terrine, couvrez d'un linge et laissez lever de 1 h 30 à 2 h dans un endroit tiède.

3. Pendant ce temps, préparez la garniture : épluchez les oignons et râpez-les grossièrement. Épluchez les carottes, coupez-les en petits dés et faites-les cuire 20 mn à l'eau bouillante. Effilez les haricots verts, coupez-les en petits tronçons et faites-les cuire 10 mn à l'eau bouillante salée avec les oignons. Égouttez les salsifis, rincez-les et coupez-les également en dés. Hachez le jambon au couteau.

4. Lorsque la pâte a doublé de volume, tapotez-la pour la faire retomber, puis étalez-la sur le plan de travail fariné avec le rouleau à pâtisserie. Découpez-y des ronds de 16 cm de diamètre. Faites fondre les 20 g de beurre prévus pour la finition et badigeonnez-en les disques de pâte.

5. Disposez un assortiment de légumes sur chaque disque, ajoutez du jambon, parsemez de ciboulette, salez et poivrez, rabattez la pâte par-dessus. Battez le jaune d'œuf avec un peu d'eau et badigeonnez-en les brioches. Posez-les sur une tôle beurrée et faites cuire 15 mn au four à 170 °C (th. 5).

Brioches aux légumes

Pan bagnat

Préparation 30 mn • **Cuisson** 10 mn

Pour 6 personnes

- *6 pains ronds d'environ 12 cm de diamètre*
- *6 petites tomates très fermes*
- *2 poivrons rouges ou verts*
- *1/2 concombre*
- *2 oignons frais, rouges si possible*
- *1 gousse d'ail*
- *18 feuilles de basilic*
- *24 olives noires*
- *12 filets d'anchois à l'huile*
- *3 œufs*
- *2 cuil. à soupe de vinaigre de vin*
- *6 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *sel, poivre*

1. Faites durcir les œufs 10 mn à l'eau bouillante. Laissez-les refroidir.

2. Lavez les tomates, coupez-les en rondelles fines, ôtez les graines, salez la pulpe et laissez dégorger dans une passoire. Lavez les poivrons, évidez-les et coupez la chair en anneaux. Dénoyautez les olives et coupez-les en deux. Pelez les oignons, coupez-les en rondelles fines et défaites-les en anneaux. Pelez le concombre et coupez-le en rondelles fines. Essuyez les filets d'anchois.

3. Pelez la gousse d'ail et coupez-la en deux. Coupez les pains en deux, retirez une partie de la mie de chaque moitié, frottez chacune d'elles avec l'ail, arrosez de quelques gouttes de vinaigre, salez, poivrez et arrosez avec de l'huile d'olive.

4. Écalez les œufs durs et coupez-les en rondelles. Recouvrez la base de chaque pain avec des rondelles de tomates, des anneaux de poivrons et d'oignons, des rondelles d'œufs et de concombre, 8 demi-olives, 2 filets d'anchois et 3 feuilles de basilic. Posez les couvercles par-dessus.

5. Enveloppez chaque pan bagnat dans du film alimentaire ou dans de l'aluminium ménager et laissez en attente pendant 1 h au moins avant de servir.

• Conseil

Vous pouvez, pendant la saison, ajouter des artichauts poivrade coupés en tranches ou encore de jeunes fèves crues.

Pan bagnat

Pain de maïs

Pour 8 parts

- *250 g de farine*
- *200 g de beurre*
- *1/2 sachet de levure alsacienne*
- *3 œufs*
- *2 poivrons en conserve*
- *1 boîte de maïs*
- *sel, poivre*

Préparation 10 mn • **Cuisson** 45 mn

1. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6). Faites fondre le beurre dans une petite casserole.

2. Battez les œufs à la fourchette, ajoutez la farine, du sel, du poivre, la levure et le beurre fondu.

3. Hachez grossièrement les poivrons. Ajoutez-les à la pâte ainsi que le maïs bien égoutté. Versez le tout dans un moule à cake beurré et faites cuire au four pendant 45 mn.

Feuilletés au porc

Préparation 20 mn • **Cuisson** 35 mn

Pour 6 feuilletés

- *300 g de pâte feuilletée*
- *200 g de jambon de Paris*
- *400 g de chair à saucisse*
- *1 bouquet de ciboulette*
- *2 échalotes*
- *3 gousses d'ail*
- *quelques gouttes de tabasco*
- *1 cuil. à soupe d'eau-de-vie*
- *1 cuil. à café d'huile*
- *1 jaune d'œuf*
- *sel, poivre*

1. Hachez finement l'ail et les échalotes. Faites-les blondir avec l'huile, ajoutez la chair à saucisse et laissez revenir le tout 5 mn en remuant. Arrosez avec l'eau-de-vie et flambez.

2. Étalez la pâte feuilletée sur 4 mm. Découpez-la en 6 morceaux égaux. Faites chauffer le four à 225 °C (th. 7).

3. Hachez le jambon. Ciselez la ciboulette. Incorporez le jambon, la ciboulette et le tabasco à la chair à saucisse froide. Goûtez avant d'assaisonner.

4. Répartissez la farce sur la pâte, humectez les bords et repliez la pâte sur la farce. Badigeonnez le dessus des feuilletés avec le jaune d'œuf et faites cuire 25 mn au four.

Tomates-cerises à la mozzarella

Préparation 20 mn • **Macération** 1 h

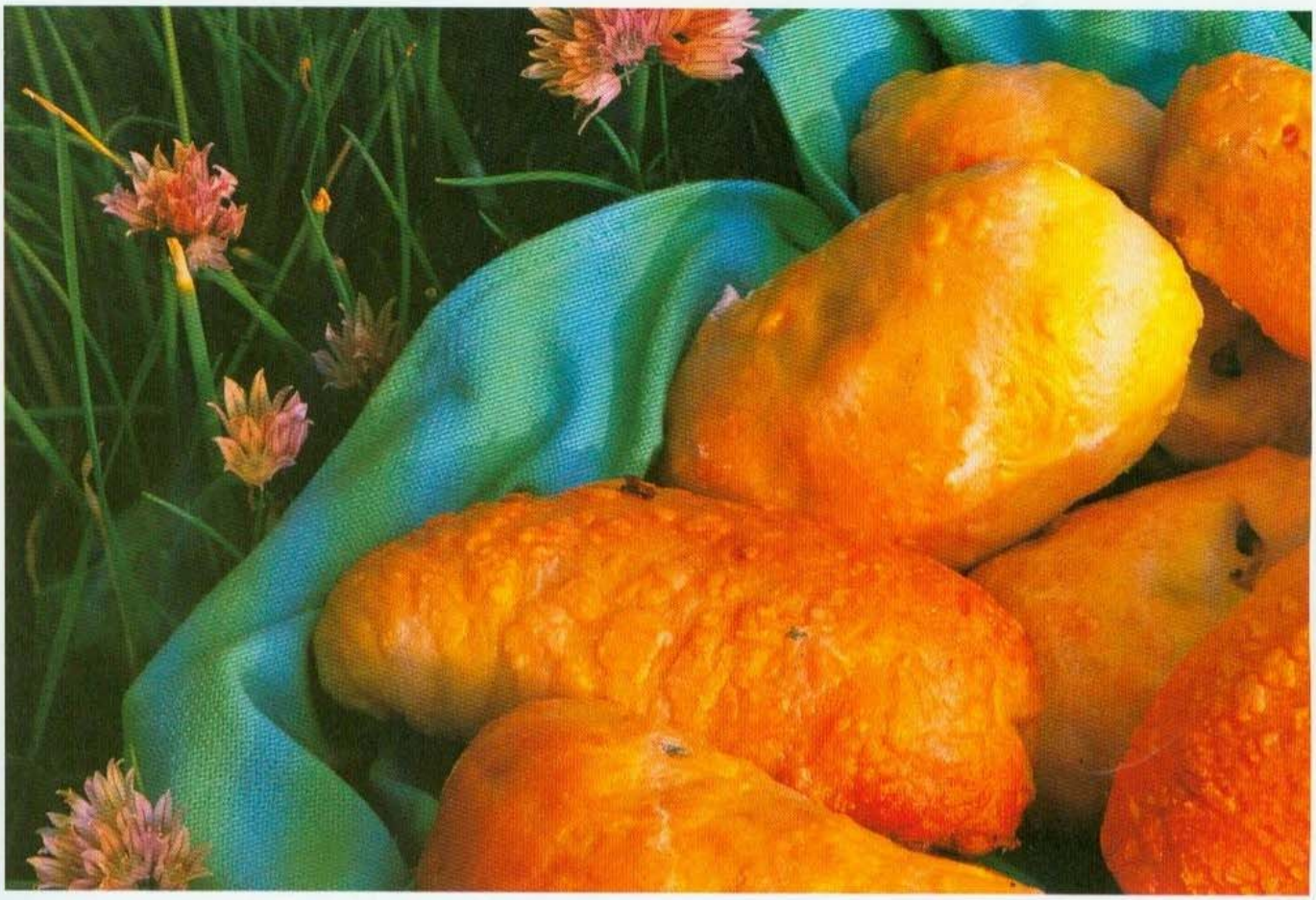
Pour 4 personnes

- *24 tomates-cerises*
- *100 g de mozzarella*
- *2 branches de basilic*
- *2 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *sel, poivre*

1. Coupez la mozzarella en très petits cubes. Mettez-les dans une jatte, salez-les et poivrez-les, arrosez-les d'huile d'olive. Laissez macérer 1 h.

2. Hachez les feuilles de basilic avec des ciseaux. Ajoutez-les à la mozzarella.

3. Creusez les tomates en retirant leur pédoncule et farcissez chacune d'elles d'un cube de mozzarella au basilic.



Petits pains à la ciboulette

Petits pains à la ciboulette

Préparation 30 mn • **Réfrigération** 15 mn • **Cuisson** 30 mn

Pour 6 personnes

- *250 g de pâte à pain*
- *350 g de chair à saucisse*
- *3 bouquets de ciboulette*
- *1 bouquet de persil plat*
- *2 gousses d'ail*
- *1 œuf + 1 jaune*
- *sel, poivre*

1. Hachez la ciboulette et le persil. Passez l'ail au presse-ail. Mélangez les herbes, l'ail, la chair à saucisse et l'œuf entier. Assaisonnez légèrement.

2. Étalez la pâte sur le plan de travail fariné. Divisez-la en 12 portions. Déposez 1/12e de la farce au centre de chaque portion. Refermez la pâte autour de la farce, humectez les bords pour les souder. Laissez reposer 15 mn au réfrigérateur.

3. Faites chauffer le four à 170 °C (th. 5).

4. Battez le jaune d'œuf avec un peu d'eau, badigeonnez-en le dessus des pains à l'aide d'un pinceau. Déposez ceux-ci sur une plaque beurrée et faites cuire 30 mn au four. Laissez refroidir sur une grille.

Petits pains de pommes de terre

PRÉPARATION 15 MN • **CUISSON TOTALE** 30 MN

POUR 8 PETITS PAINS

- *250 g de pommes de terre à chair farineuse*
- *125 g de farine*
- *125 g de gruyère râpé*
- *30 g de beurre*
- *2 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *2 pincées de noix muscade*
- *sel, poivre*

1. Lavez et brossez les pommes de terre, mettez-les dans une casserole d'eau froide, portez à ébullition, salez et laissez cuire pendant 20 mn.

2. Égouttez les pommes de terre, épluchez-les, réduisez-les en purée avec une fourchette tout en y incorporant le beurre. Ajoutez ensuite la farine, le gruyère, la noix muscade, du sel et du poivre. Mélangez bien la pâte.

3. Étendez la pâte sur le plan de travail fariné et découpez-y 8 disques à l'aide d'un verre de 5 à 6 cm de diamètre.

4. Huilez chaque face de ces petits pains ronds et faites-les dorer 5 mn, à feu doux, dans une poêle à revêtement antiadhésif en les retournant à l'aide d'une spatule large. Laissez refroidir sur du papier absorbant.

Cake aux olives

PRÉPARATION 15 MN • **CUISSON** 40 MN

POUR 6 À 8 PERSONNES

- *200 g de farine*
- *75 g d'olives farcies au piment*
- *75 g d'olives noires*
- *100 g de gruyère*
- *2 yaourts, 3 œufs*
- *2 branches de thym*
- *1 sachet de levure alsacienne*
- *2 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *sel, poivre*

1. Faites chauffer le four à 225 °C (th.7). Beurrez un petit moule à cake.

2. Dans une jatte, mélangez les œufs, la farine, les yaourts et la levure. Incorporez l'huile et le thym émietté. Salez et poivrez.

3. Dénoyautez les olives noires. Coupez toutes les olives en rondelles. Coupez le gruyère en dés. Ajoutez ces ingrédients à la pâte. Versez celle-ci dans le moule.

4. Enfournez et faites cuire 40 mn. Laissez refroidir avant de démouler. Vous pouvez conserver ce cake pendant 48 h, enveloppé dans de l'aluminium ménager. Éventuellement, coupez-le en parts avant de partir.

Petits pains de pommes de terre

Chaussons de veau

Préparation 45 mn • **Repos de la pâte** 30 mn • **Cuisson** 1 h 15

Pour 4 chaussons

Pour la pâte brisée

- *350 g de farine*
- *175 g de beurre*
- *1 œuf*
- *sel*

Pour la garniture

- *300 g d'épaule de veau*
- *50 g de lard fumé*
- *1 pomme de terre de 100 g*
- *50 g de têtes de champignons de Paris*
- *2 échalotes*
- *2 branches d'estragon*
- *2 branches de persil plat*
- *1 cuil. à soupe de jus de citron*
- *1 cuil. à soupe de madère*
- *1 cuil. à soupe de moutarde*
- *sel, poivre*

Pour la dorure

- *2 cuil. à soupe de lait*

1. Préparez la pâte brisée en mélangeant la farine, le beurre, l'œuf, 1 pincée de sel et 3 ou 4 cuillerées à soupe d'eau. Divisez la pâte en 4 portions, roulez-les en boule et laissez reposer 30 mn au frais.

2. Pendant ce temps, préparez la garniture : coupez la viande et le lard en bandelettes, puis en dés de 1 cm environ. Pelez les échalotes et hachez-les finement. Pelez la pomme de terre et râpez-la. Essuyez les têtes des champignons avec un linge humide, coupez-les en lamelles, hachez-les et arrosez-les de jus de citron. Hachez les feuilles d'estragon et de persil. Mélangez tous ces ingrédients, ajoutez la moutarde et le madère. Salez et poivrez.

3. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6). Farinez le plan de travail. Étalez-y chaque boule de pâte en un disque de 18 cm de diamètre. Répartissez la garniture entre ces disques. Humectez le bord de chaque disque et rabattez la pâte sur la garniture pour l'enfermer.

4. Déposez les chaussons sur une tôle beurrée. Badigeonnez-les de lait avec un pinceau. Mettez au four, faites cuire 10 mn puis réduisez la température à 170 °C (th. 5) et laissez cuire pendant encore 1 h.

Pitas fourrées

Préparation 20 mn • **Cuisson** 10 mn

Pour 10 parts

- *5 pains pita*
- *5 œufs*
- *20 rondelles de salami*
- *1 laitue ou 1 batavia*
- *3 avocats*
- *150 g d'appenzell ou de tête de moine*
- *1 cuil. à soupe de fines herbes hachées*
- *2 cuil. à soupe de citron*
- *4 cuil. à soupe de mayonnaise*

1. Faites durcir les œufs 10 mn à l'eau bouillante. Rafraîchissez-les, écalez-les et coupez-les en rondelles. Nettoyez la salade en laissant les feuilles entières et séchez-la parfaitement.

2. Coupez le fromage en fines lamelles. Ôtez la peau du salami. Pelez les avocats et coupez-les en deux. Retirez le noyau, coupez la pulpe en lamelles et arrosez-les de jus de citron.

3. Mélangez délicatement le fromage, l'avocat, les œufs durs, la mayonnaise et les fines herbes.

4. Coupez les pains en deux. Tapissez l'intérieur de chaque demi-pain de feuilles de salade. Ajoutez-y 2 rondelles de salami et répartissez également la préparation précédente. Enfermez la garniture en repliant les bords de la « poche ».

Chaussons de veau

Caillettes

Préparation 45 mn • **Cuisson** 40 mn

Pour 10 caillettes

- *750 g de chair à saucisse*
- *1 grande crépine de porc*
- *500 g de vert de bettes*
- *250 g d'épinards*
- *3 gousses d'ail*
- *3 pincées de noix muscade*
- *sel, poivre*

1. Faites tremper la crépine dans de l'eau froide.

2. Équeutez les épinards et lavez-les à grande eau ainsi que le vert de bettes. Plongez-les dans une marmite d'eau bouillante et faites-les cuire à feu vif pendant 10 mn. Égouttez-les, rafraîchissez-les, pressez-les entre vos mains, puis dans un linge.

3. Hachez la verdure, mélangez-la à la chair à saucisse. Assaisonnez avec l'ail pelé et passé au presse-ail, la noix muscade, du sel et du poivre. Divisez la préparation en 10 portions égales.

4. Égouttez la crépine et dépliez-la sur le plan de travail. Coupez-la en 10 carrés. Déposez une portion de farce sur chacun et enveloppez-la dans la crépine. Aplatissez légèrement chaque caillette.

5. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6).

6. Enduisez un plat à four avec du saindoux ou, à défaut, avec un peu d'huile. Déposez les caillettes dedans en les serrant bien les unes contre les autres. Faites cuire 25 mn au four. Laissez refroidir dans le plat de cuisson.

Tartelettes suisses

Préparation 40 mn • **Repos de la pâte** 1 h • **Cuisson** 45 mn

Pour 8 tartelettes

Pour la pâte brisée

- *200 g de farine*
- *100 g de beurre*
- *sel*

Pour la garniture

- *75 g d'appenzell*
- *4 petits-suisses*
- *10 cl de crème fraîche épaisse*
- *25 cl de lait*
- *30 g de beurre*
- *30 g de farine*
- *2 œufs*
- *1 gousse d'ail*
- *1 pincée de noix muscade*
- *1 cuil. à soupe de kirsch*
- *sel, poivre*

1. Préparez la pâte brisée en mélangeant la farine, le beurre, 1 pincée de sel et 2 ou 3 cuillerées à soupe d'eau. Roulez-la en boule et laissez-la reposer 1 h au frais.

2. Préparez la garniture : faites fondre le beurre dans une casserole, poudrez de farine, mélangez, arrosez avec le lait et portez à ébullition en remuant. Passez l'ail au presse-ail au-dessus de la casserole. Laissez bouillir doucement jusqu'à ce que la sauce épaississe. Salez et poivrez.

3. Râpez l'appenzell. Mélangez les œufs, les petits-suisses, le fromage râpé, la crème fraîche, le kirsch et la noix muscade. Poivrez. Ajoutez la sauce précédente et mélangez soigneusement.

4. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6). Beurrez 8 moules à tartelettes. Farinez le plan de travail, étalez-y la pâte, garnissez-en les moules, piquez les fonds à la fourchette et faites cuire 10 mn au four.

5. Réduisez la température du four à 170 °C (th. 5). Emplissez les moules avec la préparation, enfournez et faites cuire 20 mn.

• Conseil

Emballez les tartelettes bien froides, toujours dans leur moule, dans de la cellophane pour pouvoir les transporter sans les briser.

Tartelettes au saumon

Préparation 40 mn • **Repos de la pâte** 1 h • **Cuisson** 45 mn

• Variante

- *1 boîte de saumon de 200 g égoutté*
- *2 cuil. à soupe d'aneth haché*

• Si vous n'aimez pas le fromage, vous pouvez réaliser ces tartelettes en remplaçant l'appenzell par du saumon en boîte et le kirsch par de l'aneth frais haché. Dans ce cas, il n'est plus nécessaire d'ajouter la noix muscade. Vous préparerez ces tartelettes au saumon en suivant les indications de la recette ci-dessus. Émiettez le saumon en ôtant peau et arêtes.

Tartelettes suisses

Terrine de viande aux légumes frais

PRÉPARATION 30 MN • **CUISSON** 45 MN • **RÉFRIGÉRATION** 24 H

POUR 8 PERSONNES

- *300 g d'agneau haché*
- *150 g de chair à saucisse*
- *500 g de courgettes*
- *450 g de julienne de légumes surgelée*
- *500 g d'oignons*
- *3 gousses d'ail*
- *2 cuil. à soupe de menthe hachée*
- *5 œufs*
- *4 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *1 cuil. à café de curry*
- *1 cuil. à café de sucre*
- *sel*

1. Pelez les courgettes et râpez-les. Épluchez les oignons et l'ail, râpez-les également.

2. Faites fondre les oignons et l'ail avec 3 cuillerées à soupe d'huile dans une grande sauteuse, ajoutez les courgettes et la julienne surgelée, poudrez de sucre, salez et laissez cuire 5 mn en remuant. Égouttez le tout dans une passoire.

3. Battez les œufs à la fourchette, ajoutez la menthe, le curry et du sel. Incorporez l'agneau haché et la chair à saucisse.

4. Faites chauffer le four à 170 °C (th. 5). Huilez une terrine.

5. Ajoutez les légumes au mélange précédent, mélangez bien, goûtez et rectifiez l'assaisonnement. Versez le tout dans la terrine et tassez pour ne pas laisser de vides. Couvrez et faites cuire au four et au bain-marie pendant 45 mn. Laissez au moins 24 h au réfrigérateur.

Coussinets à l'italienne

PRÉPARATION 30 MN • **CUISSON** 1 H

POUR 12 COUSSINETS

Pour la pâte brisée

- *250 g de farine*
- *125 g de beurre*
- *1 jaune d'œuf*
- *sel*

Pour la garniture

- *400 g de purée de tomates (en Brik)*
- *2 oignons*
- *1 gousse d'ail*
- *125 g de gruyère râpé*
- *60 g de beurre*
- *20 g de farine*
- *1 cuil. à soupe de concentré de tomate*
- *1 cuil. à soupe de moutarde forte*
- *1 jaune d'œuf*
- *sel, poivre*

1. Préparez la pâte brisée en mélangeant la farine, le beurre, le jaune d'œuf, 1 pincée de sel et 2 ou 3 cuillerées à soupe d'eau. Roulez-la en boule et laissez-la reposer au réfrigérateur pendant la préparation de la garniture.

2. Préparez la garniture : pelez les oignons et hachez-les. Pelez l'ail et passez-le au presse-ail.

3. Faites fondre les oignons avec le beurre. Lorsqu'ils sont translucides, ajoutez la purée de tomates, le concentré, l'ail, la moutarde et le gruyère. Mélangez bien le tout et laissez mijoter 25 mn à feu doux. Ajoutez alors la farine, mélangez et laissez épaissir de 10 à 15 mn en remuant de temps en temps. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement. Laissez refroidir.

4. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6). Beurrez une plaque à pâtisserie.

5. Étalez la pâte sur le plan de travail fariné. Découpez-y 12 carrés de 10 cm de côté. Posez-les sur la plaque beurrée. Mettez un peu de sauce au centre de chacun, humectez les bords, repliez les quatre coins vers le haut et pincez-les avec les doigts pour les souder.

6. Battez le jaune d'œuf à la fourchette, avec un peu d'eau, et badigeonnez-en les coussinets. Faites-les cuire au four de 25 à 30 mn, jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. Déposez-les sur une grille et laissez-les refroidir.

Coussinets à la farce verte

PRÉPARATION 20 MN • **CUISSON** 1 H

• VARIANTE

- *250 g d'épinards surgelés en tablettes*

• Vous pouvez réaliser la recette des coussinets en remplaçant la purée de tomates et le concentré de tomate par des épinards surgelés en tablettes. Au point 3, faites fondre les oignons avec le beurre. Lorsqu'ils sont translucides, ajoutez les épinards et laissez-les dégeler totalement. Ajoutez ensuite l'ail, la moutarde et le gruyère, 2 pincées de sucre et 2 pincées de noix muscade. Finissez la recette en suivant les indications de la recette ci-dessus.

Coussinets à l'italienne

Poulet frit méridional

Préparation 15 mn • **Marinade** 2 h • **Cuisson** 10 mn

Pour 6 personnes

- *1 poulet de 1,5 kg coupé en morceaux de 3 cm*
- *5 cuil. à soupe de farine*
- *3 gousses d'ail*
- *2 branches de thym*
- *1 feuille de laurier*
- *6 baies de genièvre*
- *le jus de 2 citrons*
- *50 cl de vin blanc*
- *3 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *1 cuil. à café de poivre mignonnette*
- *sel, poivre*

Pour la cuisson

- *huile de friture*

1. Écrasez les gousses d'ail, mélangez-les avec le thym et le laurier émiettés, le jus de citron, le poivre mignonnette, les baies de genièvre écrasées, le vin blanc et l'huile d'olive. Mettez les morceaux de poulet dans cette marinade, retournez-les en tous sens et laissez-les mariner au frais pendant 2 h.

2. Égouttez le poulet. Mettez la farine dans un sac en plastique, salez et poivrez, ajoutez le poulet et secouez pour fariner tous les morceaux.

3. Faites chauffer 2 cm d'huile de friture dans une sauteuse, faites-y frire les morceaux de poulet jusqu'à ce qu'ils soient dorés, puis égouttez-les sur du papier absorbant.

Poulet rôti aux pélardons

Préparation 10 mn • **Cuisson** 1 h 20

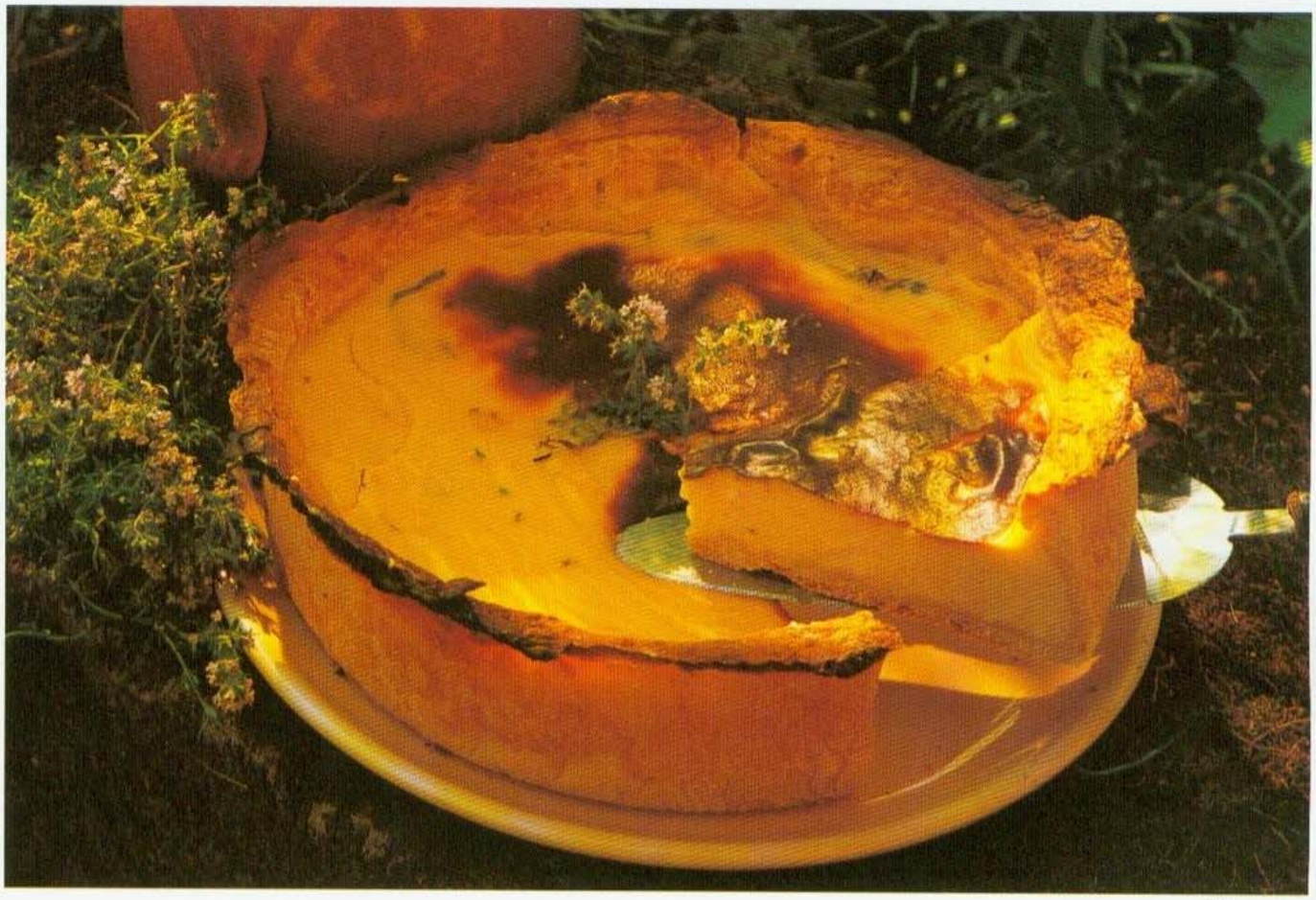
Pour 6 personnes

- *1 poulet prêt à cuire de 1,750 kg*
- *2 pélardons moelleux*
- *1/2 citron*
- *4 branches d'estragon*
- *1 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *sel, poivre*

1. Faites chauffer le four à 220 °C (th. 6/7). Frottez le poulet avec le demi-citron. Salez-le et poivrez-le. Effeuillez l'estragon, écrasez les fromages à la fourchette, poivrez-les, ajoutez-y l'estragon et mélangez bien.

2. Farcissez le poulet de cette préparation. Posez-le ensuite sur une cuisse sur la grille d'un plat à rôtir. Arrosez très légèrement d'huile le dessus et les cuisses du poulet. Mettez au four et laissez cuire 40 mn. Puis tournez le poulet sur l'autre cuisse et laissez cuire encore 40 mn jusqu'à ce que la volaille soit bien dorée.

3. Lorsque le poulet est bien rôti, sortez-le du four, emballez-le immédiatement dans une double épaisseur d'aluminium et laissez-le refroidir ainsi avant de le mettre au réfrigérateur. Cette méthode permet de déguster froid un poulet très moelleux.



Chèvrethym

Chèvrethym

Préparation 20 mn • **Cuisson** 45 mn

Pour 6 à 8 parts

- *250 g de pâte à pain*
- *300 g de fromage de chèvre non affiné*
- *50 g de beaufort*
- *2 branches de thym frais*
- *40 cl de lait*
- *40 g de beurre*
- *40 g de farine*
- *3 jaunes d'œufs*
- *sel, poivre*

1. Faites bouillir le lait avec le thym, retirez du feu et laissez infuser.

2. Étalez la pâte sur le plan de travail fariné. Beurrez un moule à manqué et garnissez-le de pâte. Laissez reposer au réfrigérateur pendant la suite des opérations.

3. Faites fondre le beurre dans une casserole, ajoutez la farine et mélangez. Filtrez le lait et versez-le peu à peu en remuant constamment jusqu'à l'ébullition. Arrêtez la cuisson.

4. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6).

5. Écrasez le fromage de chèvre au pilon, au-dessus d'un tamis. Râpez le beaufort. Ajoutez les jaunes d'œufs à la sauce précédente, puis le fromage de chèvre et le beaufort. Salez très modérément, poivrez abondamment.

6. Versez la garniture sur la pâte et faites cuire 45 mn au four.

• Conseil

Vous pouvez parfumer ce chèvrethym en y incorporant des raisins secs blonds (moins sucrés que les raisins noirs) macérés dans du marc ou du kirsch.

Terrine au jambonneau

Préparation 30 mn • **Cuisson** 1 h 45 • **Réfrigération** 24 h

Pour 8 personnes

- *1 jambonneau cuit*
- *400 g d'échine de porc*
- *200 g de poitrine fraîche*
- *200 g de foies de volaille*
- *50 g de cerneaux de noix*
- *2 oignons moyens*
- *2 gousses d'ail*
- *10 cl de crème fraîche épaisse*
- *2 œufs*
- *15 cl de madère*
- *4 cuil. à soupe de gin*
- *1/2 cuil. à café de quatre-épices*
- *6 g de poivre*
- *15 g de sel*

Pour la terrine

- *12 tranches de lard très fines*
- *2 feuilles de laurier*
- *2 branches de thym*
- *6 baies de genièvre*

1. Pelez les oignons et l'ail. Retirez la couenne du jambonneau et coupez-le en morceaux ainsi que l'échine et la poitrine. Rincez les foies de volaille. Passez le tout au robot ménager.

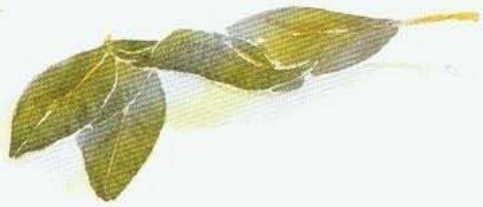
2. Battez les œufs à la fourchette, incorporez-les à la préparation ainsi que la crème, le madère, le gin, le quatre-épices, les cerneaux de noix grossièrement concassés, le sel et le poivre. Mélangez à la main.

3. Faites chauffer le four à 170 °C (th. 5). Tapissez une terrine rectangulaire avec les tranches de lard, en les laissant dépasser à l'extérieur. Déposez au fond 1 feuille de laurier, 1 branche de thym et les baies de genièvre.

4. Versez la préparation dans la terrine, tassez bien pour éviter les vides, posez sur le dessus 1 feuille de laurier et 1 branche de thym. Rabattez les tranches de lard. Fermez la terrine.

5. Placez la terrine au four dans un bain-marie frémissant et laissez cuire 1 h 45. Vérifiez la cuisson en plongeant 10 secondes une aiguille au centre de la terrine : elle doit ressortir chaude et propre.

6. Ôtez le couvercle et laissez reposer 15 mn hors du four. Posez alors sur la terrine une planchette surmontée d'un poids et laissez refroidir. Laissez rassir au réfrigérateur pendant 24 h au moins.



Terrine au lapin

Préparation 30 mn • **Cuisson** 1 h 45 • **Réfrigération** 24 h

• Variante

- *1/2 lapin cuit*
- *2 foies de lapin*

• Si vous préférez, vous pouvez remplacer le jambonneau par de la chair de lapin cuit que vous aurez soigneusement désossé. Dans ce cas, remplacez les foies de volaille par des foies de lapin.

Préparez cette recette en suivant les indications données pour la terrine au jambonneau.

Flan méridional

Flan méridional

Pour 10 parts

- *1 boîte de poivrons rouges*
- *500 g de fromage blanc épais*
- *10 cl de crème fraîche épaisse*
- *4 gros œufs*
- *1 bouquet de fines herbes (persil plat, ciboulette, etc.)*
- *1 échalote*
- *2 pincées de noix muscade*
- *2 pincées de cannelle*
- *1 pincée de girofle en poudre*
- *3 cuil. à soupe de fécule*
- *sel, poivre*

Préparation 20 mn • **Égouttage** 30 mn • **Cuisson** 30 mn

1. Versez le fromage blanc dans une passoire tapissée d'une gaze et laissez-le s'égoutter pendant 30 mn au moins. Pendant ce temps, égouttez les poivrons, détaillez-les en petits dés, rincez-les et laissez-les égoutter également.

2. Faites chauffer le four à 170 °C (th. 5). Beurrez une barquette en aluminium.

3. Hachez les fines herbes. Battez les œufs à la fourchette, ajoutez le fromage blanc, la crème et la fécule. Pelez l'échalote et passez-la au presse-ail au-dessus de la préparation. Mélangez. Ajoutez les poivrons, les herbes, les épices, du sel et du poivre.

4. Versez la préparation dans la barquette et faites-la cuire au four pendant 30 mn.

Galettes au bleu danois

Préparation 30 mn • **Repos de la pâte** 2 h • **Cuisson** 20 mn

Pour 6 personnes

Pour la pâte

- *200 g de farine*
- *100 g de beurre*
- *3 petits-suisses*
- *1 œuf, sel*

Pour la garniture

- *250 g de bleu danois*
- *3 petits-suisses, 1 œuf*
- *2 cuil. à soupe de crème fraîche épaisse*
- *3 cuil. à soupe de poudre d'amandes*
- *1 cuil. à soupe de marc*
- *poivre*

Pour la dorure

- *1 jaune d'œuf*

1. Préparez la pâte avec la farine, le beurre coupé en morceaux, les petits-suisses, l'œuf et 1 pincée de sel. Roulez-la en boule et laissez-la reposer 2 h.

2. Préparez la garniture : écrasez le bleu à la fourchette, incorporez les petits-suisses, l'œuf, le marc, la poudre d'amandes, la crème et du poivre.

3. Faites chauffer le four à 225 °C (th. 7). Beurrez une tôle à pâtisserie. Étalez la pâte sur le plan de travail fariné, sur 3 mm d'épaisseur, et découpez-y un nombre pair de galettes de 6 à 7 cm de diamètre.

4. Couvrez la moitié des galettes avec la préparation au fromage en laissant une bordure de 1 cm. Humectez cette bordure, posez une autre galette dessus et pincez les bords pour les souder. Rangez les galettes sur la tôle. À l'aide d'un pinceau, badigeonnez le dessus avec le jaune d'œuf battu avec un peu d'eau et faites cuire 20 mn au four.

Galettes au brie

Préparation 25 mn • **Repos de la pâte** 2 h • **Cuisson** 15 mn

Pour 8 personnes

- *500 g de farine*
- *175 g de brie crémeux*
- *100 g de beurre*
- *2 jaunes d'œufs*
- *1/2 cuil. à café de graines d'aneth*
- *1/2 cuil. à café de graines de sésame*
- *3 pincées de curry*
- *sel*

Pour la dorure

- *1 jaune d'œuf*

1. Ôtez la croûte du brie et coupez-le en morceaux. Disposez la farine en fontaine, ajoutez au centre le fromage, le beurre, les jaunes d'œufs, le curry et 1 pincée de sel. Amalgamez rapidement le tout avec les mains.

2. Séparez la pâte en 2 portions égales. Incorporez les graines d'aneth à l'une et les graines de sésame à l'autre. Roulez-les en boule et laissez-les reposer 2 h.

3. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6) et beurrez une tôle à pâtisserie.

4. Étalez la pâte sur le plan de travail fariné, sur 5 mm d'épaisseur. Découpez chaque pâte avec un emporte-pièce de forme différente. Déposez les galettes sur la tôle beurrée, badigeonnez-les avec le jaune d'œuf battu avec un peu d'eau et faites cuire au four pendant 15 mn. Laissez refroidir sur une grille.

Galettes au brie et au bleu danois

Roulé au tarama de saumon

Préparation 20 mn • **Cuisson** 1 h

Pour 8 personnes

- *200 g de tarama au saumon*
- *3 branches d'aneth*
- *4 gros œufs*
- *50 g de farine*
- *30 cl de lait*
- *50 g de beurre*
- *2 cuil. à soupe de sucre*
- *sel*

1. Cassez les œufs en séparant les jaunes des blancs. Faites fondre le beurre. Ajoutez 25 g de farine, mélangez puis arrosez avec le lait. Laissez bouillir 3 mn. Retirez du feu, salez, incorporez le sucre puis les jaunes d'œufs, un à un.

2. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6). Tapissez un moule à biscuit roulé d'aluminium ménager, beurrez largement et farinez.

3. Battez les blancs d'œufs en neige, ajoutez-les à la préparation précédente par cuillerées, en alternant avec le reste de la farine. Versez dans le moule et faites cuire 1 h au four en réduisant la température à 140 °C (th. 4).

4. Démoulez le biscuit sur un linge humide, tartinez-le immédiatement avec le tarama, parsemez d'aneth haché, roulez et conservez le biscuit dans un linge.

Œufs durs en robe d'or

Préparation & Cuisson 30 mn

Pour 6 personnes

- *225 g de chair à saucisse*
- *375 g de purée de pommes de terre épaisse*
- *6 œufs + 1 gros blanc d'œuf*
- *125 g de chapelure*

Pour la cuisson

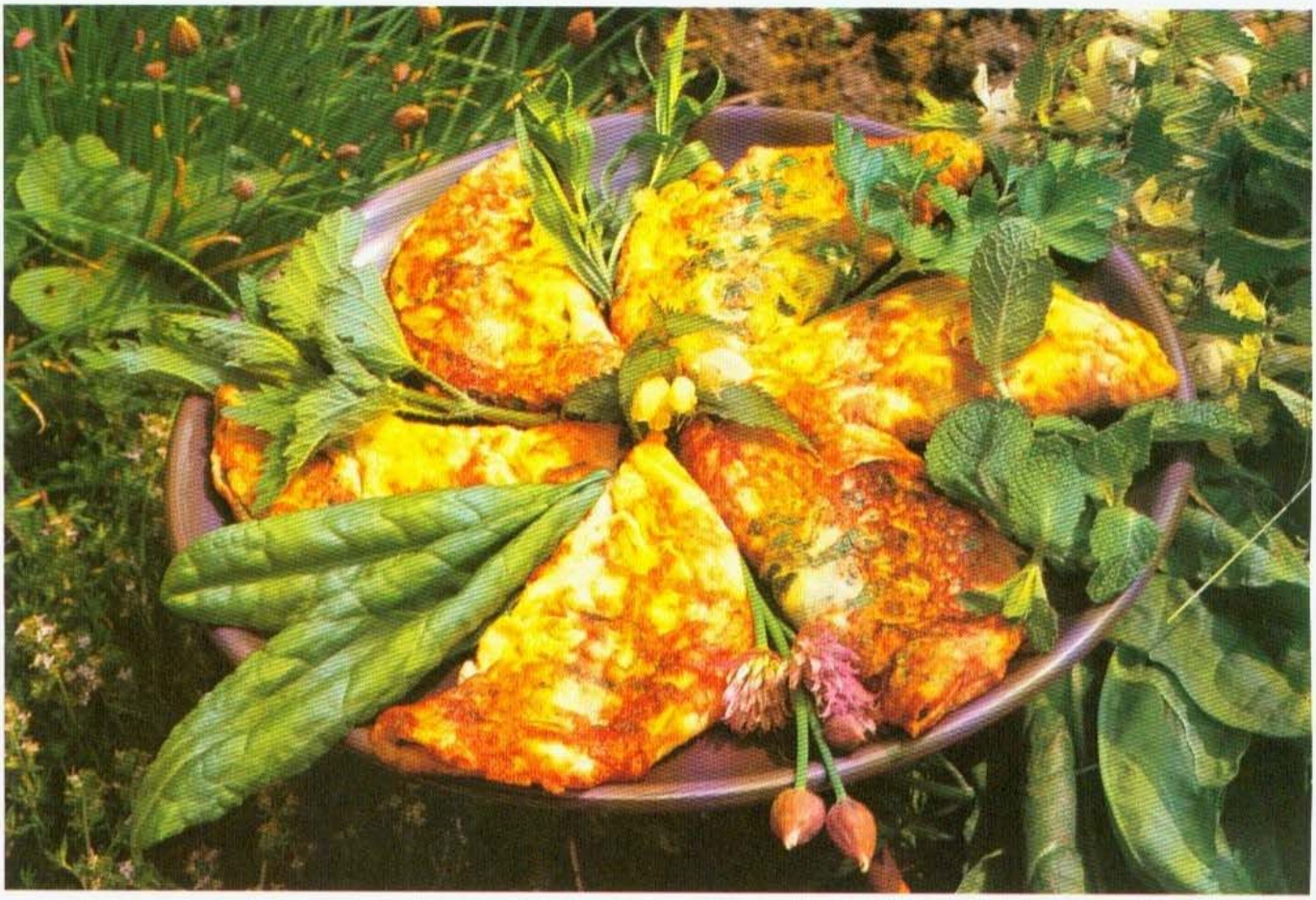
- *huile de friture*

1. Faites durcir les œufs 10 mn à l'eau bouillante. Laissez-les refroidir.

2. Mélangez la chair à saucisse avec la purée. Étalez la chapelure dans une assiette. Battez légèrement le blanc d'œuf pour le liquéfier.

3. Faites chauffer l'huile de friture à 170 °C. Écalez les œufs durs, enveloppez chaque œuf du mélange chair-pommes de terre, passez-le dans le blanc d'œuf puis dans la chapelure en appuyant pour la faire adhérer.

4. Posez les œufs dans le panier de la friteuse et laissez cuire de 6 à 8 mn dans l'huile chaude, jusqu'à ce que les œufs soient bien dorés. Égouttez-les sur du papier absorbant.



Omelettes du jardinier

Omelettes du jardinier

Préparation & Cuisson 30 mn

Pour 6 omelettes

- *12 œufs*
- *1 petit bouquet d'estragon*
- *1 petit bouquet de persil plat*
- *1 bouquet de ciboulette*
- *1 petit bouquet d'oseille*
- *50 g de beurre*
- *sel, poivre*

1. Lavez les herbes, séchez-les et hachez-les.

2. Cassez les œufs dans une terrine et battez-les avec une fourchette. Salez et poivrez. Ajoutez les herbes hachées.

3. Faites fondre 10 g de beurre dans une petite poêle. Prélevez une louche du mélange aux œufs, versez-le dans la poêle. Faites cuire l'omelette, puis faites-la glisser sur un plat en la repliant.

4. Remettez un peu de beurre dans la poêle, faites cuire une nouvelle louche d'œufs et continuez ainsi jusqu'à épuisement des œufs.

Tarte aux herbes

Préparation 30 mn • **Repos de la pâte** 1 h • **Cuisson** 30 à 35 mn

Pour 6 à 8 parts

Pour la pâte brisée

- *200 g de farine*
- *100 g de beurre*
- *sel*

Pour la garniture

- *500 g d'épinards*
- *100 g de gruyère râpé*
- *3 cuil. à soupe de crème fraîche*
- *10 cl de lait*
- *4 jaunes d'œufs*
- *1 bouquet d'oseille*
- *1 bouquet de persil plat*
- *1 bouquet de cerfeuil*
- *1 bouquet d'estragon*
- *50 g de farine*
- *3 pincées de noix muscade*
- *1/2 cuil. à café de sucre*
- *sel, poivre*

1. Préparez la pâte brisée en mélangeant la farine, le beurre, 1 pincée de sel et 2 ou 3 cuillerées à soupe d'eau. Roulez-la en boule et laissez-la 1 h au réfrigérateur.

2. Préparez la garniture : triez les épinards, équeutez-les et lavez-les. Mettez-les dans une grande casserole, poudrez-les de sucre et laissez-les cuire quelques minutes à feu vif, jusqu'à ce qu'ils aient diminué de volume. Versez-les dans une passoire. Rincez les autres herbes, séchez-les et hachez-les. Pressez les épinards entre vos mains pour en extraire le maximum d'eau et hachez-les grossièrement avec un couteau.

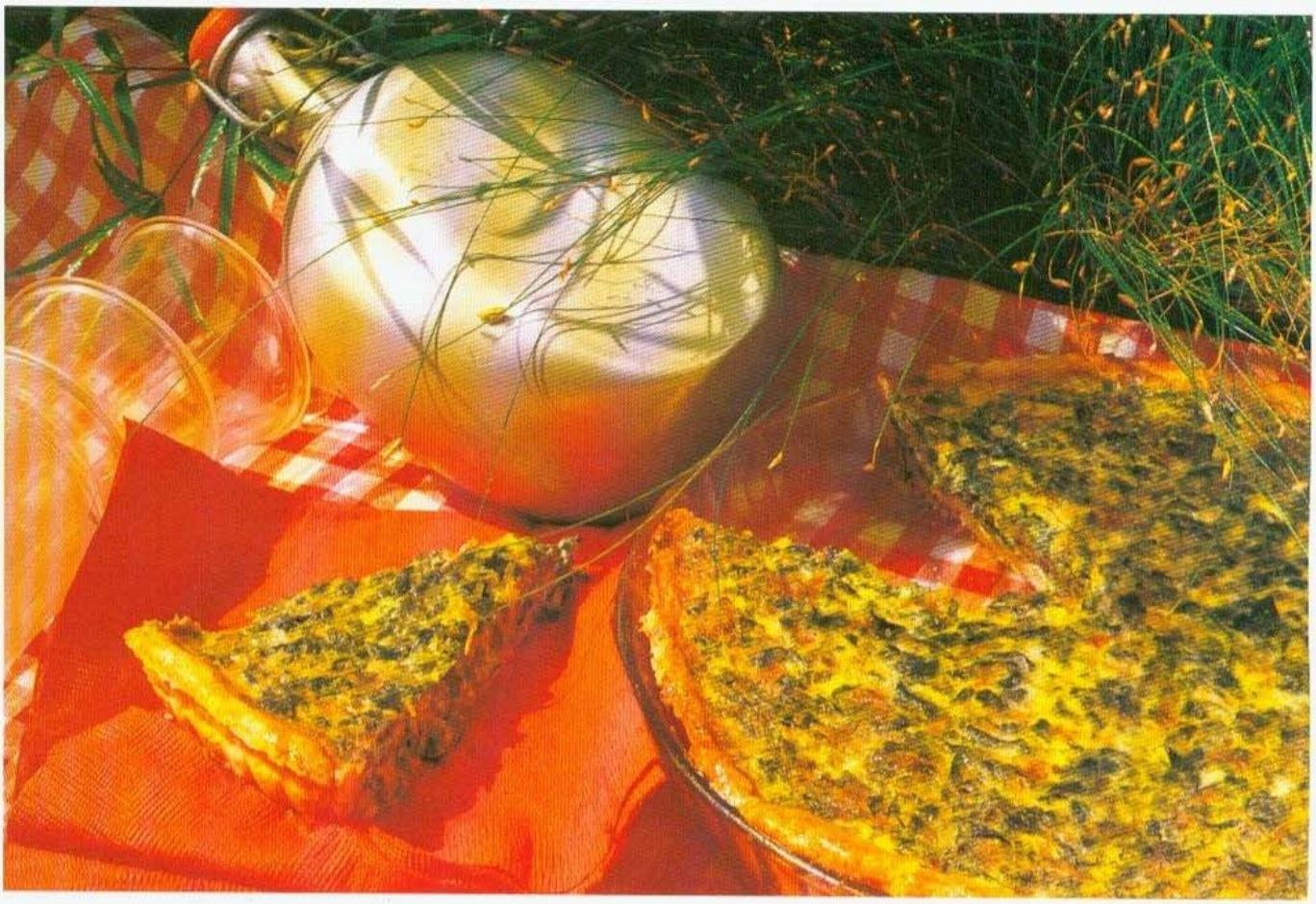
3. Mettez les jaunes d'œufs dans une jatte, ajoutez la crème et battez à la fourchette, incorporez ensuite la farine et le lait. Mélangez bien. Incorporez toutes les herbes, le gruyère, la noix muscade, du sel et du poivre.

4. Faites chauffer le four à 225 °C (th. 7). Beurrez un moule à tarte de 26 ou 28 cm de diamètre.

5. Étalez la pâte sur le plan de travail fariné, garnissez-en le moule, piquez le fond de pâte avec une fourchette, mélangez à nouveau la garniture et versez-la dans le moule. Mettez au four et laissez cuire de 30 à 35 mn.

• Conseil

Une fois la pâte dans le moule, laissez-la à nouveau 15 mn au réfrigérateur pour éviter qu'elle ne se rétracte à la cuisson. Vous pouvez également, pour gagner du temps, utiliser de la pâte brisée toute prête. Dans ce cas, prenez soin d'acheter une pâte au beurre.
Vous pouvez remplacer les épinards frais par des épinards surgelés. Faites-les alors soigneusement décongeler dans une casserole, puis ajoutez le sucre et continuez selon les indications données dans la recette.



Tarte aux herbes

Quiche aux courgettes

Préparation 25 mn • **Cuisson** 1 h

Pour 6 à 8 parts

- *300 g de pâte brisée (recette ci-contre, ∫ 1)*
- *800 g de courgettes*
- *5 œufs*
- *40 g de parmesan râpé*
- *4 cuil. à soupe de chapelure blanche*
- *3 gousses d'ail*
- *2 échalotes*
- *2 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *2 cuil. à soupe d'aneth haché*
- *sel, poivre*

1. Épluchez les courgettes et râpez-les. Faites fondre les échalotes hachées avec l'huile, ajoutez les courgettes et laissez cuire 10 mn en remuant souvent. Ajoutez l'ail haché, la chapelure, le parmesan et l'aneth. Salez et poivrez. Retirez du feu.

2. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6). Étalez la pâte et garnissez-en un moule à manqué de 22 cm de diamètre beurré. Couvrez d'aluminium ménager et de haricots secs et faites cuire pendant 15 mn.

3. Battez les œufs à la fourchette, assaisonnez-les et mélangez-les aux courgettes.

4. Retirez les haricots et l'aluminium, versez la préparation dans le moule et faites cuire au four pendant 30 mn.

Pilpil en salade

Préparation 20 mn • **Cuisson** 10 mn

Pour 6 personnes

- *250 g de pilpil (ou boulgour)*
- *2 carottes nouvelles*
- *2 tomates*
- *3 côtes de céleri*
- *1/2 poivron rouge*
- *6 petits oignons blancs*
- *2 tablettes de bouillon de volaille*
- *10 cl d'huile d'olive*
- *3 cuil. à soupe de vinaigre de vin*
- *1 cuil. à soupe de moutarde Savora*
- *1 cuil. à soupe de concentré de tomate*
- *1/2 cuil. à café de sucre*
- *sel, poivre*

1. Mesurez le volume du pilpil. Versez deux fois ce volume en eau dans une casserole, portez à ébullition, faites-y dissoudre le bouillon de volaille, ajoutez le pilpil, laissez bouillir 5 mn, puis éteignez, couvrez et laissez gonfler 10 mn.

2. Grattez les carottes, coupez-les en petits bâtonnets et recoupez ceux-ci en lamelles. Pelez les tomates, ôtez-en les graines, coupez la pulpe en dés, mettez-la dans une passoire, poudrez-la de sucre et de sel. Effilez les côtes de céleri et coupez-les en lamelles. Coupez le demi-poivron en petits dés. Épluchez les petits oignons et coupez-les en lamelles.

3. Délayez la moutarde et le concentré de tomate avec le vinaigre, salez et poivrez, mélangez à nouveau, arrosez avec l'huile et émulsionnez la sauce.

4. Versez le pilpil dans une passoire pour éliminer l'eau superflue. Mettez-le dans une jatte, ajoutez les légumes préparés, mélangez, arrosez avec la vinaigrette, mélangez longuement et gardez au frais.

Taboulé

Trempage 30 mn • **Préparation** 20 mn • **Macération** 4 h

Pour 4 personnes

- *150 g de couscous moyen*
- *3 tomates*
- *1 poivron rouge*
- *3 échalotes*
- *2 gros citrons*
- *1 gros bouquet de persil plat*
- *20 g de menthe fraîche*
- *2 cuil. à soupe de raisins secs blonds*
- *quelques gouttes de tabasco*
- *4 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *sel, poivre*

1. Faites tremper le couscous dans une jatte pendant 30 mn avec 20 cl d'eau froide salée.

2. Pelez les échalotes et hachez-les finement. Hachez très finement le persil et la menthe. Retirez le pédoncule et les graines du poivron et coupez la pulpe en tout petits carrés. Ôtez le pédoncule des tomates et hachez-les.

3. Ajoutez à la semoule égouttée les échalotes, le persil, la menthe, le poivron, les tomates et les raisins et mélangez bien.

4. Pressez les citrons et mélangez leur jus avec du sel, du poivre, le tabasco et l'huile. Émulsionnez la sauce. Versez sur la semoule et mélangez. Couvrez et laisser 4 h au réfrigérateur.

Pilpil en salade

Tarte à la ciboulette

Préparation 40 mn • **Repos de la pâte** 1 h • **Cuisson** 30 mn

Pour 6 à 8 parts

Pour la pâte brisée

- *200 g de farine*
- *100 g de beurre*
- *1 pincée de sel*

Pour la garniture

- *200 g de fromage blanc*
- *10 cl de crème fraîche*
- *1 gros bouquet de ciboulette*
- *4 œufs*
- *sel, poivre*

1. Préparez la pâte en mélangeant tous les ingrédients et 2 ou 3 cuillerées à soupe d'eau. Roulez-la en boule et laissez-la reposer 1 h au réfrigérateur.

2. Pendant ce temps, mettez le fromage blanc dans une passoire tapissée d'une gaze et laissez-le s'égoutter.

3. Lavez la ciboulette et ciselez-la. Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Mélangez les jaunes avec le fromage blanc, la crème fraîche et la ciboulette. Salez et poivrez.

4. Faites chauffer le four à 225 °C (th. 7). Beurrez un moule à tarte de 26 à 28 cm de diamètre.

5. Étalez la pâte sur le plan de travail fariné. Garnissez-en le moule et piquez le fond à la fourchette. Recouvrez d'aluminium ménager et de haricots secs, mettez au four et laissez cuire 10 mn.

6. Pendant ce temps, ajoutez 1 pincée de sel aux blancs d'œufs et battez-les en neige ferme. Mélangez-les très délicatement à la préparation à la ciboulette.

7. Sortez le fond de tarte du four, retirez les haricots ainsi que le papier, versez la préparation sur la pâte, remettez au four et laissez cuire pendant 20 mn.

Tarte levée aux anchois

Préparation 30 mn • **Cuisson** 30 mn • **Repos de la pâte** 1 h 30

Pour 6 personnes

- *250 g de farine*
- *20 g de levure de boulanger*
- *3 tomates coupées en rondelles*
- *12 anchois à l'huile*
- *16 olives noires*
- *10 cl d'huile*
- *sel*

1. Dans une jatte, versez 125 g de farine en fontaine, ajoutez la levure émiettée et 4 cuillerées à soupe d'eau tiède. Pétrissez bien le tout et formez une boule. Recouvrez du reste de farine et laissez reposer 30 mn dans un endroit tiède.

2. Ajoutez à la pâte reposée 1 pincée de sel, 1 verre d'eau et l'huile. Travaillez bien à nouveau et laissez reposer encore 1 h.

3. Faites chauffer le four à 230 °C (th. 7). Pilez les anchois dans un mortier. Beurrez une tôle. Étalez la pâte en cercle et posez-la sur la tôle.

4. Étalez la purée d'anchois sur la pâte jusqu'à 1 cm des bords. Glissez la tôle au four et laissez cuire pendant 10 mn.

5. Posez les tomates sur les anchois, ajoutez les olives et faites cuire encore 20 mn à 170 °C (th. 5).

Tarte à la ciboulette

Feuilles de vigne farcies

Préparation 1 h • **Cuisson** 1 h 10

Pour 40 feuilles env.

- *1 bocal ou 1 boîte de feuilles de vigne en conserve*
- *500 g d'oignons*
- *125 g de riz*
- *25 g de petits raisins secs noirs*
- *1/2 bouquet de persil plat*
- *3 branches de menthe*
- *3 cuil. à soupe de jus de citron*
- *7 cuil. à soupe d'huile*
- *sel*

1. Pelez les oignons et hachez-les. Faites-les blondir avec 3 cuillerées à soupe d'huile. Hachez le persil et la menthe. Mélangez le riz, les oignons, les herbes, les raisins et 1 cuillerée à soupe de sel.

2. Ébouillantez les feuilles de vigne et posez-les sur un linge, côté mat au-dessus et tige vers vous. Déposez 1 cuillerée à café de farce à 1 cm de chaque tige. Rabattez les côtés et roulez en partant de la base.

3. Rangez les feuilles dans une casserole, les unes à côté des autres, sur 2 ou 3 épaisseurs. Arrosez-les avec le reste de l'huile. Couvrez d'eau bouillante. Maintenez les feuilles avec une assiette, couvrez et laissez cuire 1 h à feu doux. Arrosez de jus de citron et laissez refroidir.

Flan aux nectarines

Préparation 30 mn • **Repos de la pâte** 1 h • **Cuisson** 45 mn

Pour 6 personnes

Pour la pâte brisée

- *200 g de farine*
- *100 g de beurre*
- *1 cuil. à soupe de sucre*
- *sel*

Pour la garniture

- *750 g de nectarines*
- *50 g de beurre mou*
- *50 g de farine*
- *150 g de sucre*
- *30 g de corn-flakes*
- *3 œufs*
- *25 cl de lait*

1. Préparez la pâte brisée en mélangeant la farine, le beurre, le sucre, 1 pincée de sel et 2 ou 3 cuillerées à soupe d'eau. Roulez-la en boule et laissez-la reposer 1 h au réfrigérateur.

2. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6). Beurrez un moule à tarte de 26 cm de diamètre.

3. Étalez la pâte sur le plan de travail fariné. Garnissez-en le moule et piquez le fond à la fourchette. Écrasez les corn-flakes avec le rouleau à pâtisserie et répartissez-les sur la pâte.

4. Préparez la garniture : travaillez le beurre en y incorporant le sucre et la farine. Incorporez les œufs un à un, puis le lait.

5. Lavez les nectarines, essuyez-les et coupez-les en lamelles.

6. Déposez les lamelles de fruits dans le moule, en rangées régulières, recouvrez avec la préparation aux œufs, mettez au four et faites cuire 40 mn.

• Conseil

Préférez les nectarines aux brugnons pour une raison simple : le noyau du brugnon adhère à la chair tandis que celui de la nectarine est libre, ce qui vous facilite le dénoyautage et permet d'obtenir des lamelles plus régulières.
Ne coupez pas les fruits à l'avance car leur chair oxydée par l'air brunirait rapidement.

Flan aux nectarines

Feuilletines à la crème de citron

PRÉPARATION 15 MN • **CUISSON** 20 MN

POUR 10 FEUILLETINES

- *500 g de pâte feuilletée*
- *1 pot de lemon curd*
- *1 jaune d'œuf*

1. Faites chauffer le four à 225 °C (th. 7).

2. Étalez la pâte feuilletée sur le plan de travail fariné. Découpez-y 20 ovales à l'aide d'un emporte-pièce. Déposez un peu de lemon curd sur 10 ovales, en laissant une bordure libre tout autour. Humectez cette bordure, recouvrez d'un ovale de pâte et pincez les bords.

3. Battez le jaune d'œuf avec un peu d'eau et badigeonnez-en le dessus de chaque feuilletine à l'aide d'un pinceau.

4. Déposez les feuilletines sur une plaque humide et faites cuire 20 mn au four.

• CONSEIL

Le lemon curd est une préparation à base de beurre et de citron que l'on trouve dans toutes les grandes surfaces. Vous pouvez cependant le remplacer par une crème au citron. Pour cela, rincez 2 citrons, râpez-en le zeste et pressez-les. Mettez dans un saladier le zeste et le jus des citrons, 200 g de beurre, 200 g de sucre, 40 g de farine, 20 g de fécule et 5 œufs. Posez le saladier sur un bain-marie frémissant et mélangez au fouet jusqu'à ce que le mélange épaississe.

Brioche aux cerises

Préparation 40 mn • **Repos de la pâte** 2 h • **Cuisson** 35 mn

Pour 4 à 6 personnes

- *300 g de cerises*
- *250 g de farine*
- *50 g de beurre*
- *50 g de sucre semoule*
- *3 petits œufs*
- *1 sachet de levure de boulanger lyophilisée*
- *1/2 cuil. à café de cannelle*
- *3 cuil. à soupe de sucre roux*
- *10 cl de lait*
- *sel*

Pour la dorure

- *1 jaune d'œuf*

1. Faites tiédir le lait et délayez-y la levure. Disposez la farine en fontaine dans un saladier, ajoutez 1 pincée de sel, le sucre semoule, le beurre coupé en morceaux et 2 œufs. Ajoutez la levure délayée et mélangez le tout en commençant par le centre. Travaillez la pâte en la battant et en la projetant sur le plan de travail, jusqu'à ce qu'elle devienne élastique. Incorporez-y le dernier œuf. Remettez la pâte dans le saladier, couvrez-la d'un linge et laissez-la lever 1 h dans un endroit tiède.

2. Lavez les cerises et dénoyautez-les. Beurrez un moule à brioche à côtes.

3. Tapotez la pâte pour la faire retomber. Versez-en la moitié dans le moule préparé, en la faisant remonter un peu tout autour. Disposez les cerises au centre, poudrez-les de cannelle et de sucre roux. Couvrez avec le reste de la pâte, posez le linge sur le moule et laissez lever 1 h dans un endroit tiède.

4. Faites chauffer le four à 250 °C (th. 8). Délayez le jaune d'œuf pour la dorure avec un peu d'eau.

5. Badigeonnez le dessus de la brioche avec le jaune d'œuf, mettez au four, réduisez la température à 170 °C (th. 5) et laissez cuire 35 mn.

Brioche aux fruits confits

Préparation 40 mn • **Repos de la pâte** 2 h • **Cuisson** 35 mn

• **Variante**

- *200 g de fruits confits*
- *cognac (facultatif)*

• Si vous préférez, vous pouvez remplacer les cerises par un mélange de fruits confits coupés en petits dés et éventuellement macérés dans un peu de cognac. Dans ce cas, il vous faudra supprimer la cannelle et le sucre roux.
Pour réaliser cette brioche, procédez exactement comme pour la brioche aux cerises.

Brioche aux cerises

Cake aux fruits secs

Préparation 20 mn • **Cuisson** 1 h

Pour 8 personnes

- *100 g de raisins secs*
- *125 g d'abricots secs*
- *4 quartiers d'écorce d'orange confite*
- *16 cuil. à soupe rases de farine*
- *1 sachet de levure alsacienne*
- *10 cuil. à soupe rases de sucre*
- *4 cuil. à soupe d'huile*
- *10 cl de lait*
- *2 œufs*
- *extrait d'amande amère*

1. Coupez les abricots en quatre. Mettez-les dans une casserole avec les raisins, 2 cuillerées à soupe de sucre et quelques gouttes d'extrait d'amande amère. Couvrez juste d'eau, portez à ébullition et laissez frémir 15 mn. Égouttez les fruits et faites réduire leur jus jusqu'à 3 cuillerées à soupe. Hachez les écorces d'orange.

2. Mélangez la farine, le reste du sucre et la levure. Ajoutez les œufs, l'huile, le lait et le jus réduit. Incorporez les fruits et les écorces d'orange.

3. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6). Beurrez un moule à cake. Versez-y la pâte.

4. Faites cuire le cake au four pendant 40 mn. Laissez tiédir avant de démouler.

Quatre-quarts marbré

Préparation 20 mn • **Cuisson** 1 h

Pour 8 personnes

- *250 g de beurre mou*
- *250 g de farine*
- *250 g de sucre*
- *4 œufs*
- *1/2 paquet de levure alsacienne*
- *1 cuil. à café de vanille pure*
- *3 cuil. à soupe de cacao*

1. Travaillez le beurre avec le sucre pour obtenir une crème. Ajoutez les œufs, puis la farine et la levure. Mélangez soigneusement.

2. Séparez la pâte en 2 portions égales. Ajoutez le cacao à l'une d'elles en le tamisant et incorporez la vanille à l'autre moitié de pâte.

3. Emplissez un grand moule à cake beurré avec une cuillère à soupe en alternant les deux pâtes.

4. Faites cuire au four à 170 °C (th. 5) pendant 1 h. Vérifiez la cuisson en plantant la lame d'un couteau dans la pâte : elle doit ressortir nette. Démoulez et laissez refroidir sur une grille.

Gâteau fromagé aux cerises

Gâteau fromagé aux cerises

Égouttage 1 h • **Préparation** 30 mn • **Cuisson** 1 h

Pour 4 à 6 personnes

- *500 g de cerises*
- *500 g de fromage blanc*
- *150 g de sucre*
- *80 g de beurre*
- *4 jaunes d'œufs*
- *1 cuil. à café de levure alsacienne*
- *2 pincées de vanille pure*

1. Versez le fromage blanc dans une passoire tapissée d'une gaze et laissez-le s'égoutter pendant 1 h.

2. Faites fondre le beurre, sans le laisser chauffer. Mettez le sucre, la levure, la vanille et les jaunes d'œufs dans une jatte et travaillez le tout avec un fouet. Ajoutez le beurre fondu et mélangez encore.

3. Lavez les cerises et dénoyautez-les.

4. Faites chauffer le four à 140 °C (th. 4). Beurrez un moule à manqué.

5. Incorporez soigneusement le fromage à la préparation, puis ajoutez les cerises. Versez le tout dans le moule beurré et faites cuire 1 h au four.

Carrés de semoule

Préparation 20 mn • **Cuisson** 35 mn

Pour 8 personnes

- *150 g de semoule de blé moyenne*
- *100 g de beurre*
- *225 g de sucre + 2 cuil. à soupe*
- *125 g d'amandes mondées*
- *2 cuil. à café de cannelle*

1. Faites bouillir à feu doux 1 litre d'eau avec 225 g de sucre et le beurre. Versez la semoule en pluie et laissez cuire 10 mn en remuant.

2. Mettez 8 amandes de côté et broyez grossièrement le reste.

3. Ajoutez à la semoule les amandes broyées et la moitié de la cannelle. Versez-la dans un plat carré beurré, sur 4 cm de haut. Égalisez la surface et laissez refroidir 10 mn.

4. Piquez les 8 amandes dans la semoule, à intervalles réguliers. Faites cuire 20 mn au four à 170 °C (th. 5).

5. Mélangez le reste du sucre avec le reste de la cannelle et poudrez-en le plat. Laissez refroidir. Coupez en carrés pour servir.

Moelleux aux pêches

Préparation 20 mn • **Cuisson** 1 h

Pour 6 à 8 personnes

- *8 pêches jaunes*
- *5 œufs*
- *200 g de beurre mou*
- *250 g de farine*
- *200 g de cassonade*
- *2 cuil. à soupe de kirsch*
- *2 cuil. à soupe de jus de citron*
- *3 pincées de vanille*

1. Pelez les pêches, dénoyautez-les et coupez-les en dés. Arrosez-les de jus de citron.

2. Faites chauffer le four à 170 °C (th. 5). Beurrez un moule à manqué de 22 cm de diamètre.

3. Mélangez longuement les œufs avec la cassonade, ajoutez le beurre, puis la farine, la vanille et le kirsch. Incorporez délicatement les dés de pêche égouttés, sans les écraser. Versez la préparation dans le moule et faites cuire 1 h au four.

Rustique aux pommes

Rustique aux pommes

Pour 6 à 8 parts

- *6 pommes granny smith*
- *150 g de boulgour*
- *100 g de sucre*
- *10 cl de lait*
- *3 œufs*
- *sel*

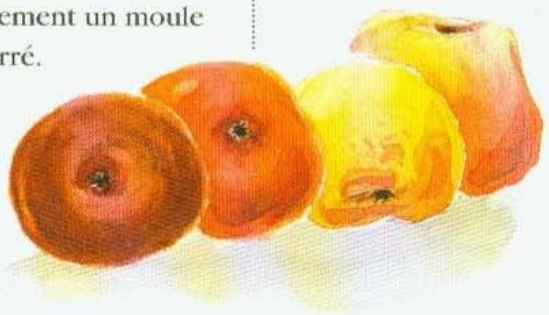
Préparation 20 mn • **Repos de la pâte** 30 mn • **Cuisson** 35 mn

1. Versez le boulgour dans une jatte, arrosez-le avec le lait et laissez-le gonfler 30 mn.

2. Cassez les œufs dans un bol, ajoutez le sucre et 1 pincée de sel, battez-les et mélangez-les au boulgour.

3. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6). Beurrez largement un moule rectangulaire ou carré.

4. Pelez les pommes et coupez-les en tranches. Tapissez le moule avec la moitié des tranches de pommes, recouvrez avec le boulgour, puis avec le reste des pommes. Faites cuire 35 mn au four. Servez ce gâteau avec du yaourt ou du fromage blanc.



Tarte cocabricots

Préparation 40 mn • **Repos de la pâte** 1 h • **Cuisson** 55 mn

Pour 6 à 8 parts

Pour la pâte brisée

- *200 g de farine*
- *100 g de beurre*
- *sel*

Pour la garniture

- *80 g de noix de coco déshydratée*
- *6 abricots*
- *80 g de sucre*
- *50 g de beurre*
- *2 blancs d'œufs*
- *2 cuil. à soupe de whisky*
- *sel*

1. Préparez la pâte brisée en mélangeant la farine, le beurre, 1 pincée de sel et 2 ou 3 cuillerées à soupe d'eau. Roulez-la en boule et laissez-la reposer 1 h au réfrigérateur.

2. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6). Beurrez un moule à tarte rectangulaire ou de 26 à 28 cm de diamètre.

3. Étalez la pâte sur le plan de travail fariné. Garnissez-en le moule, piquez le fond à la fourchette, couvrez d'aluminium ménager et de haricots secs et faites cuire pendant 15 mn au four.

4. Pendant ce temps, préparez la garniture : faites fondre le beurre à feu très doux. Ajoutez-y, hors du feu, le sucre, la noix de coco et le whisky. Lavez les abricots, coupez-les en deux et dénoyautez-les.

5. Ajoutez 1 pincée de sel aux blancs d'œufs et battez-les en neige ferme. Incorporez-les délicatement à la préparation précédente.

6. Sortez la pâte du four, retirez l'aluminium et les haricots. Versez la préparation sur la pâte, disposez les demi-abricots dessus et faites cuire 40 mn au four.

Crumble

Préparation 15 mn • **Cuisson** 25 mn

Pour 4 à 5 parts

- *4 pommes*
- *75 g de beurre*
- *1 cuil. à soupe de jus de citron*
- *60 g de cassonade*
- *1 cuil. à soupe de sucre*
- *75 g de farine*
- *60 g d'amandes en poudre*
- *2 cuil. à soupe de raisins secs*
- *1 cuil. à café de cannelle en poudre*
- *1 cuil. à soupe de calvados*
- *sel*

1. Épluchez les pommes et coupez-les en dés. Mettez-les dans un moule à bord haut (genre moule à soufflé). Arrosez-les avec le jus de citron, ajoutez les raisins, le calvados, la cannelle et le sucre.

2. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6). Mélangez la farine, la poudre d'amandes, le beurre, la cassonade et 1 pincée de sel en les frottant entre vos mains pour obtenir de grosses miettes. Recouvrez-en les fruits.

3. Mettez le moule au four et laissez cuire 25 mn jusqu'à ce que la croûte soit bien dorée. Vous transporterez ce dessert dans le plat de cuisson.

Tarte cocabrtcots

Madeleines aux épices

Préparation 15 mn • **Cuisson** 12 mn

Pour 12 madeleines

- *60 g de farine*
- *60 g de beurre mou*
- *60 g de sucre*
- *1 œuf*
- *3 pincées de levure alsacienne*
- *1/2 cuil. à café de cannelle*
- *3 pincées de noix muscade râpée*
- *1 pincée de girofle en poudre*
- *2 pincées de poivre du moulin*

1. Faites chauffer le four à 225 °C (th. 7). Beurrez soigneusement les moules à madeleines.

2. Travaillez l'œuf avec le sucre, incorporez ensuite la farine, la levure et les épices. Incorporez le beurre bien mou en dernier. Mélangez soigneusement pour obtenir une pâte très homogène.

3. Déposez 1 bonne cuillerée à café de pâte dans chaque alvéole et faites cuire 12 mn au four.

4. Démoulez les madeleines et laissez-les refroidir. Vous pouvez les conserver plusieurs jours dans une boîte hermétique avec une écorce d'orange séchée qui les parfumera délicatement.

Carrés au chocolat

Préparation 20 mn • **Cuisson** 40 mn

Pour 16 carrés environ

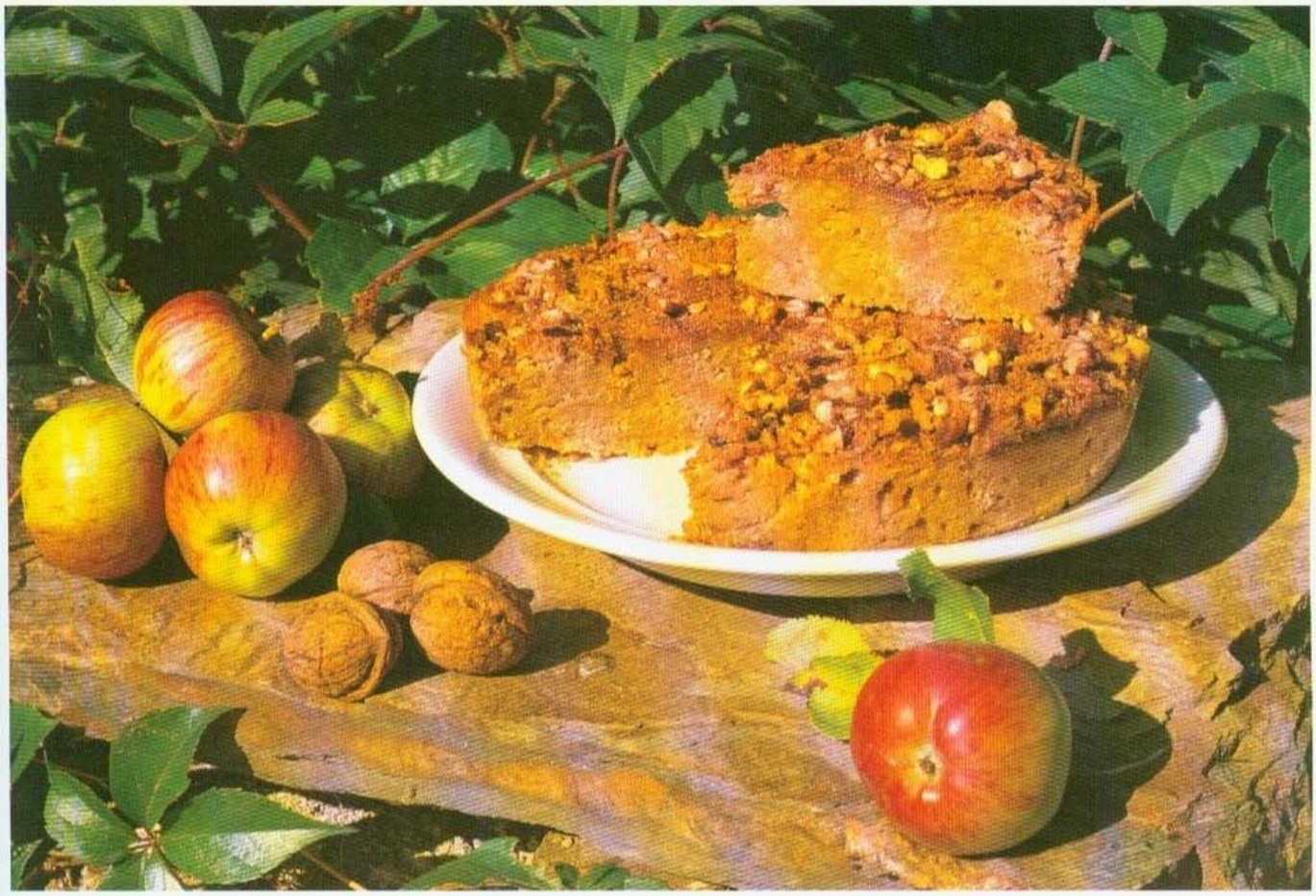
- *4 œufs*
- *140 g de farine*
- *250 g de beurre mou*
- *400 g de sucre*
- *125 g de cacao*
- *1 poignée de raisins secs*
- *1/2 sachet de levure alsacienne*
- *un peu de lait*

1. Faites chauffer le four à 170 °C (th. 5). Beurrez un moule carré d'environ 22 cm de côté.

2. Travaillez le beurre avec le sucre pour obtenir un mélange crémeux. Ajoutez les œufs un à un, puis la farine, la levure et le cacao tamisés. Travaillez bien l'ensemble et ajoutez quelques cuillerées de lait si la pâte s'amalgame difficilement. Incorporez les raisins en dernier.

3. Versez la pâte dans le moule et faites cuire au four pendant 40 mn.

4. Laissez refroidir avant de découper le gâteau en carrés.



Corrézien aux pommes

Corrézien aux pommes

Préparation 20 mn • **Cuisson** 45 mn

Pour 6 personnes

- *3 grosses pommes*
- *125 g de cerneaux de noix*
- *100 g de farine*
- *125 g de sucre*
- *75 g de beurre*
- *3 œufs*
- *1/2 paquet de levure alsacienne*
- *1/2 cuil. à café de cannelle*

1. Faites juste fondre le beurre. Mettez de côté 25 g de cerneaux de noix et passez le reste au robot pour le réduire en poudre.

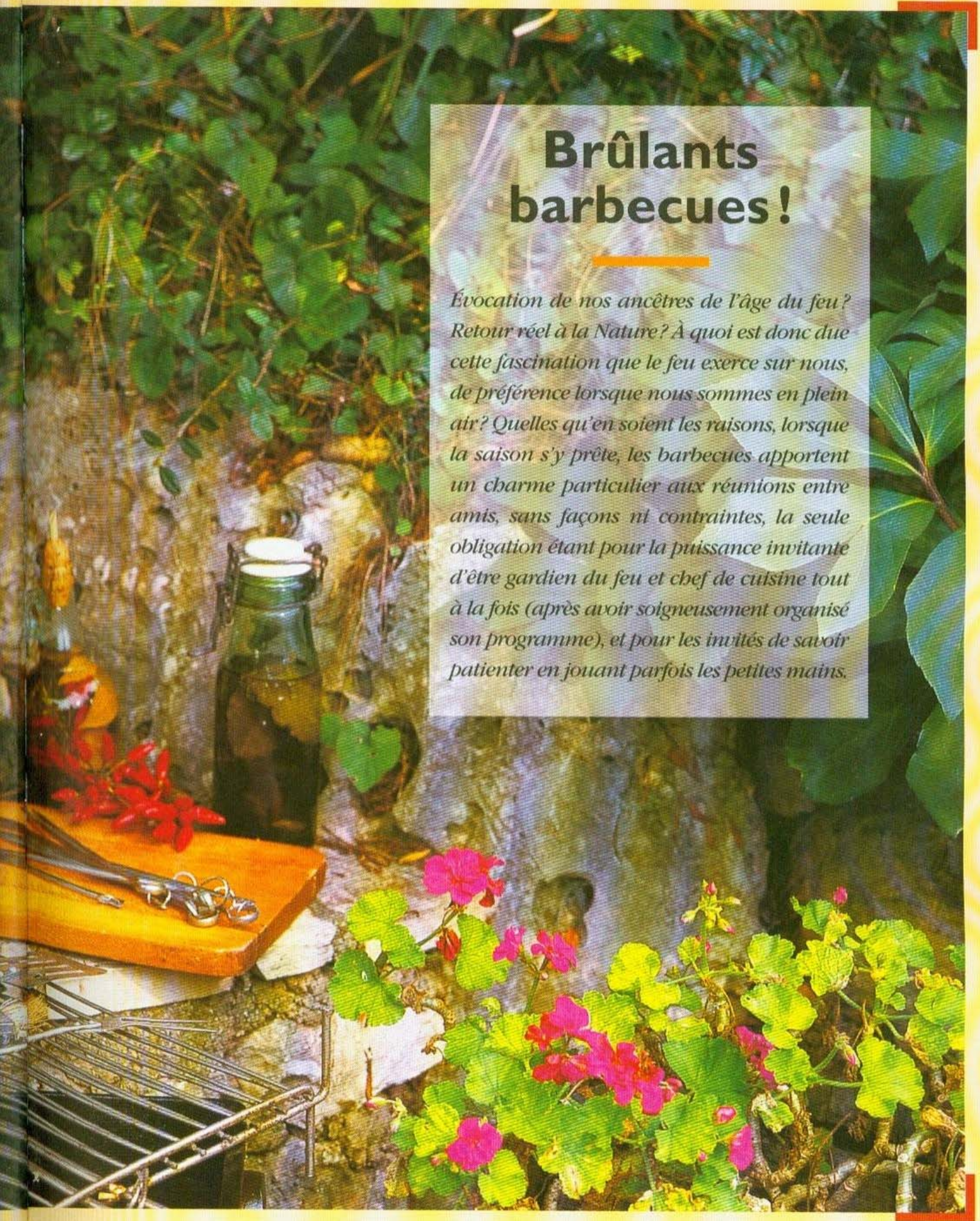
2. Cassez les œufs dans une jatte, battez-les à la fourchette, ajoutez le sucre, puis la farine, la poudre de noix, la levure et la cannelle, en mélangeant bien à chaque adjonction. Incorporez enfin le beurre fondu.

3. Faites chauffer le four à 225 °C (th. 7). Beurrez un moule à manqué de 22 cm de diamètre.

4. Pelez les pommes et râpez-les grossièrement. Mélangez-les à la pâte, versez celle-ci dans le moule, mettez au four et laissez cuire pendant 15 mn.

5. Concassez grossièrement le reste des cerneaux de noix avec les doigts.

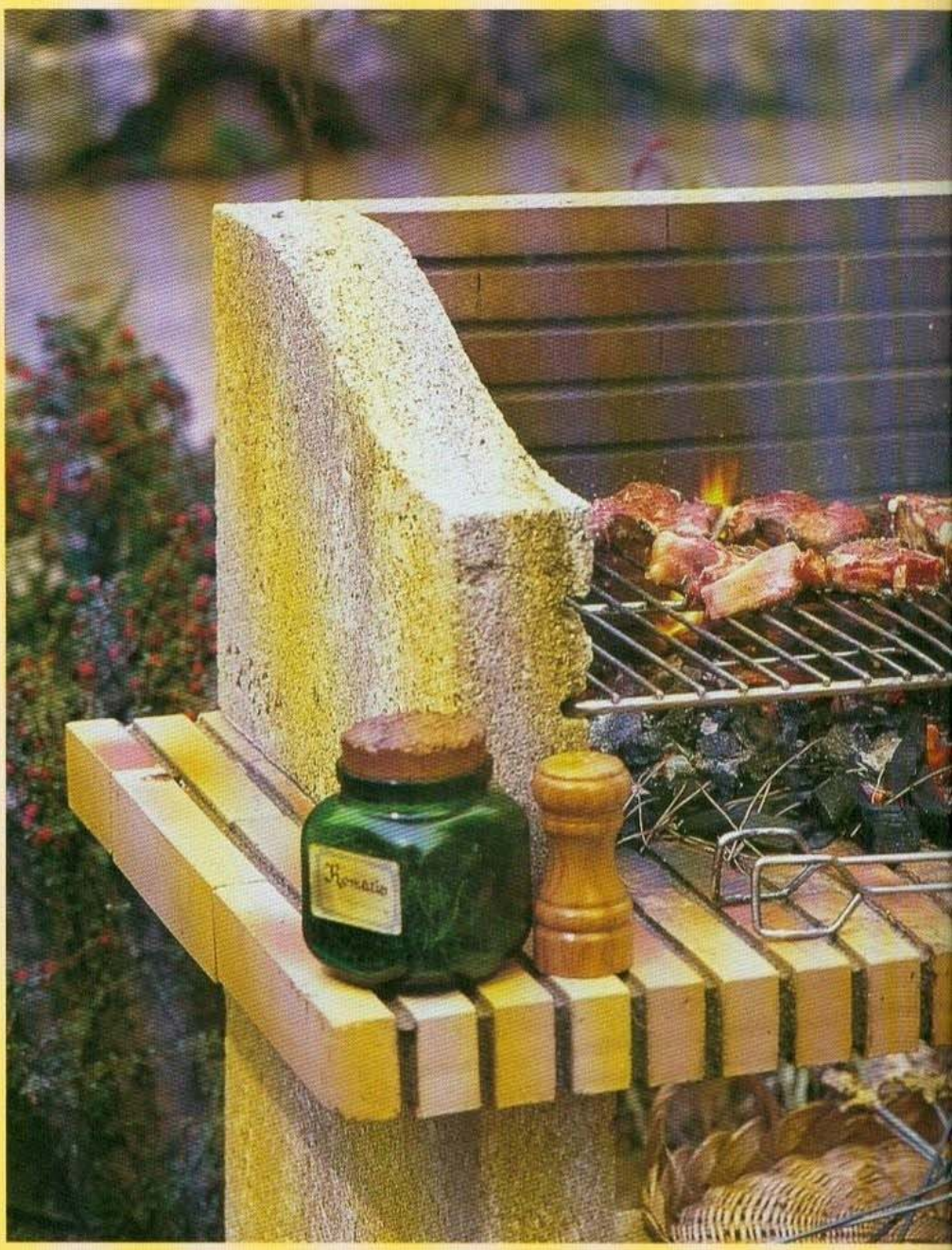
6. Après 15 mn, réduisez la température du four à 170 °C (th. 5). Sortez le gâteau du four et parsemez-le du reste des noix. Remettez au four et laissez cuire encore 30 mn. Laissez refroidir avant de démouler.



Brûlants barbecues !

Évocation de nos ancêtres de l'âge du feu ? Retour réel à la Nature ? À quoi est donc due cette fascination que le feu exerce sur nous, de préférence lorsque nous sommes en plein air ? Quelles qu'en soient les raisons, lorsque la saison s'y prête, les barbecues apportent un charme particulier aux réunions entre amis, sans façons ni contraintes, la seule obligation étant pour la puissance invitante d'être gardien du feu et chef de cuisine tout à la fois (après avoir soigneusement organisé son programme), et pour les invités de savoir patienter en jouant parfois les petites mains.

Barbecues et accessoires

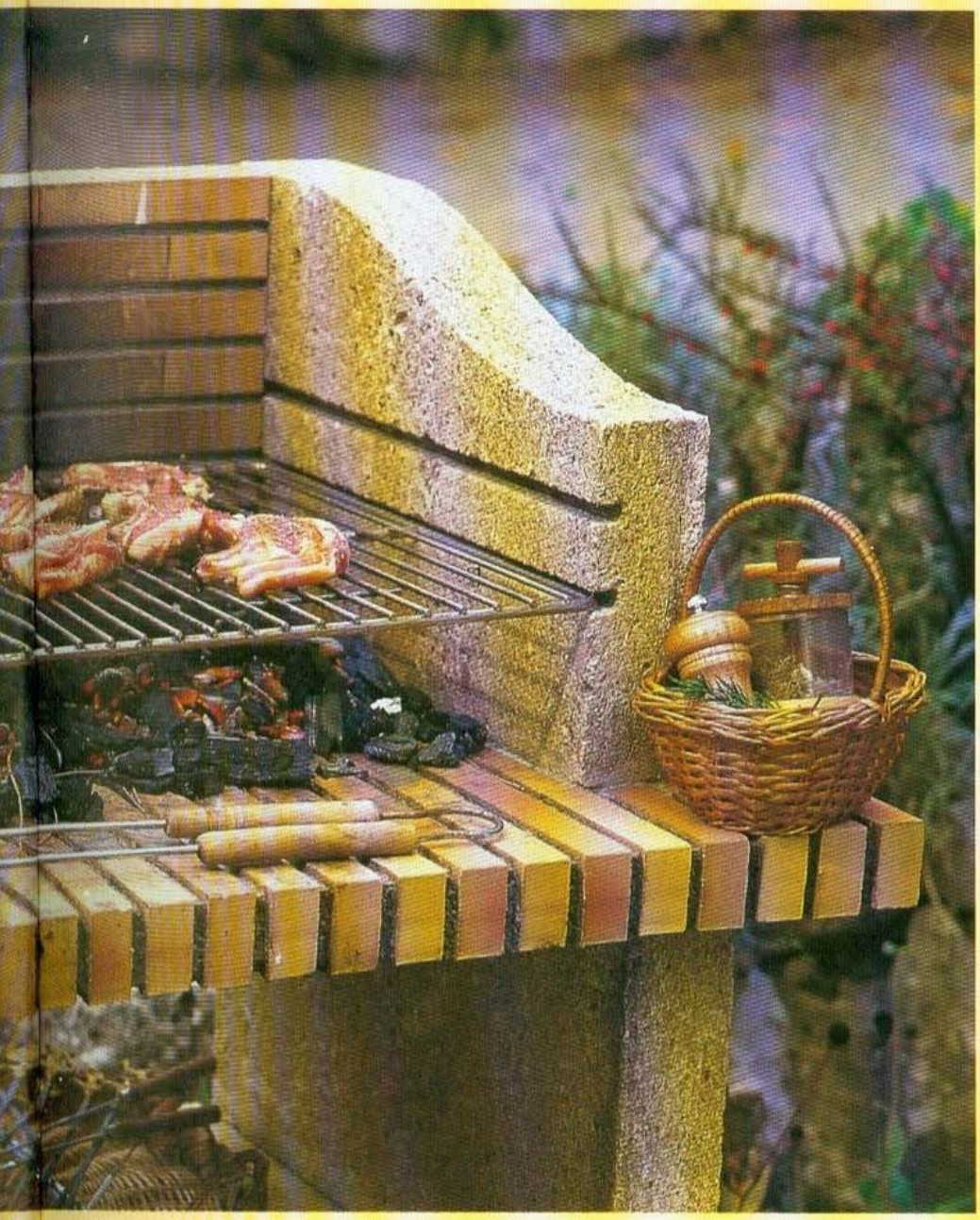


Avant toute chose, le barbecue ! Il existe un grand nombre de modèles, allant du plus simple brasero au combiné tournebroche et gril à la carrosserie étincelante. À vous de déterminer quels sont vos besoins en fonction de vos possibilités, de l'emplacement dont vous disposez, du nombre moyen de convives que souhaitez recevoir de façon que les premiers n'aient pas déjà terminé leur grillade tandis que les derniers attendent impatiemment la leur. Vous pouvez aussi construire votre propre foyer avec des briques réfractaires et l'équiper d'une grille ou encore, de façon plus archaïque, de creuser un trou dans le sol... A noter qu'au plan diététique, les installations permettant une cuisson devant le feu et non au-dessus sont les meilleures. Ce type de cuisson évite le dépôt des goudrons nuisibles des fumées et permet de placer une lèchefrite sous les aliments en train de cuire ; triple avantage : la santé y gagne, vous récupérez le jus et vous n'« encrassez » pas vos braises.

Bien des modèles courants sont vendus avec un lot d'accessoires plus ou moins utiles. Voici la liste des objets indispensables :

- un support à crémaillère pour régler la hauteur du gril,
- un gril double pour retourner les aliments fragiles,
- un ou deux grils doubles en forme de poisson,
- des brochettes (métalliques, bien sûr) en nombre suffisant,
- un pinceau à long manche pour badigeonner les mets en train de griller,
- 2 spatules à long manche pour retourner les grillades, plus indiquées que la fourchette qui pique la viande et fait sortir le jus,
- une paire de pincettes à long manche pour saisir les papillotes,
- une grande cuillère à long manche pour arroser,
- une paire de gants isolants à manchette et un tablier,
- des lèchefrites en aluminium épais si votre barbecue n'est pas déjà équipé d'une lèchefrite.

D'ailleurs, si vous n'avez pas de lèchefrite sous la main, rien de



plus simple que d'en improviser : posez un objet rectangulaire avec des bords (livre épais, boîte à biscuit ou moule à gâteau par exemple) sur une épaisse feuille d'aluminium ménager (ou sur une double épaisseur), un peu plus grande que l'objet choisi, relevez les bords de l'aluminium tout autour et pliez les coins soigneusement pour que ce récipient improvisé soit bien étanche.

Autres éléments essentiels

Et pour le feu lui-même, du bois ou du charbon de bois, des plaquettes de métaldéhyde ou du papier et du petit bois pour allumer, une paire de pinces pour manipuler les braises, un soufflet pour activer le feu, un pistolet à eau pour éteindre les flammes produites par la graisse ou éteindre totalement les braises, un pare-vent. En outre, ayez toujours à portée de main de l'aluminium ménager et un rouleau de papier absorbant.

Le bon emplacement

Choisissez, c'est l'évidence, un endroit sans buissons ni herbes sèches à proximité, en veillant à ce que la direction du vent n'incommode ni les invités ni les voisins. Vous le savez déjà, l'usage des barbecues sur les balcons est, en France, strictement interdit.

L'indispensable feu

Les aliments devant cuire à la chaleur des braises et non sur les flammes, le feu doit être préparé au minimum 30 mn à l'avance pour une cuisson courte et 1 heure voire 2 pour des cuissons longues nécessitant une quantité de braises plus importante. La surface de ces braises doit toujours être plus importante que la ou les pièces à cuire. La bonne température est atteinte lorsque la chaleur est trop forte pour que vous puissiez approcher la main du gril. Lorsque vous pouvez compter jusqu'à

cinq (les braises sont alors couvertes d'une cendre grise un peu épaisse) : le feu est encore doux ; jusqu'à deux ou trois (une légère couche de cendres grises commence à se former) : il est déjà vif. Vous ne pouvez jouer avec la température qu'en rapprochant ou éloignant le gril des braises. Si le feu n'est pas assez fort, les aliments cuiront inégalement et risqueront de se dessécher. N'utilisez pas des bois trop parfumés qui risqueraient de dénaturer la saveur des aliments. Mais si vous êtes dans une région riche en vignoble, les sarments bien secs sont à privilégier.

Et la sécurité ?

Ne tentez jamais de raviver les braises ou même de faire démarrer le feu avec de l'essence ou de l'alcool à brûler.
Ne laissez jamais longtemps le barbecue sans surveillance et restez toujours à proximité s'il y a des enfants.
Éteignez toujours les braises avec le pistolet à eau, même si vous avez l'impression qu'elles ne sont plus actives : elles pourraient se raviver spontanément quelques heures plus tard, notamment à la faveur d'un coup de vent indésirable.

Pour une réussite assurée

Soyez attentif : la durée des cuissons peut varier considérablement non seulement en fonction du modèle de barbecue mais aussi selon le vent, la température ambiante et la proportion des braises. Graissez gril, broche et brochettes avec un tampon trempé dans de l'huile pour que les aliments ne collent pas.

Glissez une lèchefrite en aluminium sous les viandes grasses pour éviter que la graisse ne tombe sur les braises provoquant ainsi des flammes intempestives.

Badigeonnez d'huile ou de marinade les aliments en cours de cuisson à l'aide d'un pinceau à long manche, d'un bouquet de verts de poireaux fendus en longues lanières ou encore d'un bouquet d'herbes aromatiques.

Pensez à jeter sur les braises des herbes aromatiques sèches qui parfumeront les aliments en train de griller à nu. Un peu de gros sel jeté sur le feu permettra aux braises de rester rouges plus longtemps et de dégager moins de fumée.

Fermez hermétiquement les papillotes, mettez éventuellement une double épaisseur d'aluminium ou utilisez de l'aluminium renforcé.

Sortez la viande 1 h à l'avance du réfrigérateur, entaillez le bord des côtelettes pour qu'elles ne se roulent pas, saisissez-la à feu vif, retournez-la avec une pince ou une spatule. Pour évaluer la cuisson, appuyez dessus avec le dos d'une fourchette : si elle est élastique, elle est saignante, si elle résiste, elle est à point.

Pour les grosses pièces, le mieux est d'utiliser une thermosonde que vous piquerez au coeur de la viande : la chaleur interne est transmise par la tige métallique et fait se mouvoir l'aiguille sur le cadran gradué. En ce qui concerne la volaille, le test est toujours le même : piquez-la à l'endroit le plus charnu, elle est cuite si le jus qui s'écoule est clair. À l'encontre des viandes, n'oubliez pas de piquer andouillettes, saucisses et boudin pour éviter que la peau n'éclate.

Les cuissons longues doivent toujours se faire indirectement : repoussez les braises d'un côté du foyer, glissez une lèchefrite sous l'aliment et laissez arriver la chaleur par le côté — méthode plus saine que si l'aliment était placé au-dessus des braises et restait ainsi longuement exposé à la chaleur directe.

N'écaillez pas les poissons destinés à être grillés car ce sont leurs écailles qui protègent cette chair fragile. Videz-les si possible par les ouïes. Faites des entailles régulières sur les parties les plus épaisses pour que la peau n'éclate pas. Pour vérifier la cuisson, plantez un couteau à la base de la tête : il doit s'enfoncer sans rencontrer de résistance, la chair doit être opaque et se détacher facilement de l'arête centrale. ❑

Brochettes de poulet fumé

Préparation 25 mn • **Marinade** 1 h • **Cuisson** 10 mn

Pour 4 personnes

- *1 poulet fumé de 1 kg*
- *300 g de jambon de Paris fumé*
- *1 ananas frais*
- *1 poivron rouge*
- *12 petits oignons nouveaux*
- *10 cl de miel mille fleurs*
- *1 cuil. à café de cinq-parfums chinois*

Matériel pour cuisson

- *brochettes métalliques*

1. Épluchez l'ananas et coupez la chair en cubes de 2 cm de côté. Coupez le poivron en carrés de 2 cm de côté. Pelez les oignons.

2. Retirez la peau du poulet et désossez-le. Coupez la chair en cubes de 3 cm de côté. Coupez également le jambon en cubes de même taille.

3. Mélangez le miel et le cinq-parfums dans une jatte, ajoutez le poulet, le jambon, l'ananas, le poivron et les oignons, mélangez et laissez mariner pendant 1 h au frais.

4. Égouttez les ingrédients et garnissez-en 4 brochettes, en les faisant alterner. Posez-les sur le gril et faites-les cuire 10 mn, à 10 cm des braises, en les retournant à plusieurs reprises et en les badigeonnant de marinade.

Bananes au jambon

Préparation 10 mn • **Cuisson** 10 mn

Pour 6 personnes

- *6 bananes juste mûres*
- *6 grandes tranches de jambon cru*
- *6 cuil. à café de sucre*
- *2 pincées de girofle en poudre*
- *3 cuil. à soupe de vinaigre*

1. Épluchez les bananes. Coupez-les en deux. Coupez également les tranches de jambon en deux. Enroulez chaque demi-banane dans une demi-tranche de jambon et maintenez celui-ci avec un pique-olive en bois.

2. Mélangez le sucre, le vinaigre et le girofle et arrosez-en les bananes.

3. Posez les bananes sur le gril et faites-les cuire pendant 10 mn, à 15 cm des braises, en les surveillant et en les retournant à plusieurs reprises.

Brochettes cocktail

Brochettes cocktail

PRÉPARATION 20 MN • **CUISSON** 10 MN

POUR 6 PERSONNES

- *200 g de saucisses cocktail*
- *9 tranches fines de lard fumé*
- *18 gros pruneaux dénoyautés*
- *6 abricots*
- *1/2 ananas frais*
- *poivre*

MATÉRIEL POUR CUISSON

- *brochettes métalliques*

1. Coupez les tranches de lard en deux et enveloppez chaque pruneau d'une demi-tranche.

2. Lavez les abricots, coupez-les en deux et dénoyautez-les. Épluchez l'ananas et coupez la chair en dés.

3. Enfilez les saucisses, les pruneaux, les abricots et l'ananas sur des brochettes, en les alternant. Poivrez généreusement et faites cuire 10 mn, à 15 cm des braises, en tournant les brochettes à plusieurs reprises.

Brochettes de dinde

Préparation 30 mn • **Marinade** 2 h au moins • **Cuisson** 15 mn

Pour 4 personnes

- *600 g de blancs de dinde*
- *12 têtes de champignons de Paris de 4 cm de diamètre*
- *4 tomates très fermes*
- *2 poivrons jaunes*
- *1 citron*
- *sel, poivre*

Pour la marinade

- *2 citrons verts*
- *2 gros oignons*
- *1 piment oiseau sec*
- *1 cuil. à soupe d'huile*
- *sel, poivre*

Matériel pour cuisson

- *brochettes métalliques*

1. Coupez les blancs de dinde en bouchées d'environ 4 cm de côté. Préparez la marinade : pressez les citrons verts. Pelez les oignons et hachez-les. Mélangez le jus des citrons, l'huile et les oignons dans un petit plat. Émiettez-y le piment, salez, poivrez et mélangez. Ajoutez les bouchées de dinde, mélangez pour bien les enrober de marinade et laissez mariner au moins 2 h au frais.

2. Au moment de la cuisson, pressez le citron. Nettoyez les têtes des champignons, arrosez-les du jus de citron, salez-les et poivrez-les. Lavez les poivrons, ôtez-en le pédoncule, les graines et les filaments blancs, coupez la pulpe en carrés d'environ 4 cm. Lavez les tomates, retirez-en le pédoncule, pressez-les pour en extraire les graines, coupez-les en quartiers, salez-les et poivrez-les.

3. Huilez 4 brochettes. Égouttez les bouchées de volaille et essuyez-les avec du papier absorbant. Garnissez les brochettes en alternant tous les ingrédients.

4. Déposez les brochettes sur le gril, à 12 cm des braises, et faites-les cuire 15 mn en les retournant à plusieurs reprises. Filtrez la marinade, mettez-la dans un petit récipient et laissez-la tiédir sur un coin du gril. Mettez les brochettes cuites dans des assiettes et arrosez-les de la marinade.

Coquelets au miel

Préparation 10 mn • **Marinade** 1 h • **Cuisson** 30 mn

Pour 4 personnes

- *2 coquelets de 500 g coupés en deux*
- *4 cuil. à soupe de jus de citron vert + le zeste râpé*
- *1 gousse d'ail*
- *1/2 cuil. à café de pâte de curry*
- *2 cuil. à soupe de miel*
- *3 cuil. à soupe d'huile*
- *sel*

1. Versez dans un grand plat l'huile, le miel, le jus de citron et le zeste râpé. Pelez l'ail et passez-le au presse-ail. Ajoutez l'ail et le curry à la marinade. Mélangez.

2. Retournez les morceaux de coquelet dans la marinade. Laissez mariner 1 h.

3. Égouttez ensuite les morceaux de coquelet et posez-les sur le gril du barbecue, à 20 cm des braises. Laissez cuire environ 30 minutes, en retournant les morceaux de volaille de temps en temps. Pendant les 15 dernières minutes de cuisson, rapprochez les coquelets des braises et badigeonnez-les de marinade à l'aide d'un pinceau ou d'un petit bouquet de thym. Les coquelets sont cuits lorsque leur chair se détache facilement des os.

Brochettes de dinde

Hamburgers farcis

Préparation 15 mn • **Repos** 30 mn • **Cuisson** 10 mn

Pour 4 personnes

- *600 g de steak haché*
- *4 rondelles de tomate*
- *4 rondelles de concombre*
- *6 petits oignons blancs*
- *1 gousse d'ail*
- *4 tranches de pain de mie*
- *4 tranches de fromage fondu*
- *1/2 cuil. à café d'herbes de Provence*
- *1 cuil. à soupe de moutarde*
- *2 cuil. à soupe de ketchup*
- *sel, poivre*

1. Pelez les oignons et l'ail et hachez-les finement. Humectez le pain de mie, pressez-le et mélangez-le avec le steak haché, les oignons, l'ail, les herbes de Provence, la moutarde, le ketchup, du sel et du poivre. Laissez reposer 30 mn au frais.

2. Séparez la préparation en 8 portions. Aplatissez-les en forme de galette. Déposez sur 4 galettes 1 rondelle de tomate, 1 tranche de fromage, 1 rondelle de concombre et recouvrez-les d'une seconde galette.

3. Faites cuire les hamburgers sur le gril, 5 mn de chaque côté, à 12 cm des braises. Servez sans attendre.

• Conseil

Vous pouvez présenter ces hamburgers sur des petits pains ronds coupés en deux et grillés, avec une sauce au yaourt et au concombre.

Côtelettes d'agneau aux framboises

Préparation 10 mn • **Marinade** 2 h • **Cuisson** 15 mn

Pour 4 personnes

- *8 côtelettes d'agneau*
- *200 g de framboises*
- *4 feuilles de menthe*
- *1/2 cuil. à café de sucre*
- *1 cuil. à café de vinaigre de vin*
- *sel, poivre*

Matériel pour cuisson

- *1 lèchefrite*

1. Hachez les feuilles de menthe, mettez-les dans un plat, arrosez-les avec 5 cuillerées à soupe d'eau bouillante, ajoutez le sucre, le vinaigre, du sel et du poivre. Mélangez. Déposez les côtelettes dans le plat, puis retournez-les et laissez-les mariner 2 h au frais.

2. Au moment de la cuisson, égouttez soigneusement les côtelettes et essuyez-les avec du papier absorbant. Posez-les ensuite sur le gril au dessus d'une lèchefrite et faites-les cuire de 5 à 7 mn de chaque côté, à 10 cm des braises.

3. En même temps, mettez les framboises dans un bol, arrosez-les avec la marinade et laissez tiédir au bord du barbecue jusqu'au moment de servir.

Filets de canard aux griottes

Préparation 10 mn • **Cuisson** 25 mn

Pour 4 personnes

- *2 filets de canard de 375 g chacun*
- *250 g de griottes*
- *1 orange*
- *2 cuil. à soupe de gelée de groseille*
- *1 bâton de cannelle*
- *1/2 cuil. à café de cannelle en poudre*
- *4 pincées de girofle en poudre*
- *2 pincées de cumin en poudre*
- *3 pincées de noix muscade*
- *3 cuil. à soupe de porto*
- *1 cuil. à soupe de vinaigre*
- *sel, poivre*

Matériel pour cuisson

- *1 lèchefrite*

1. Dénoyautez les griottes. Râpez le zeste de l'orange et pressez le fruit.

2. Entaillez la peau des filets de canard en diagonales dans les deux sens, à intervalles réguliers, pour former des croisillons. Mélangez 1/2 cuillerée à café de sel, 1/2 cuillerée à café de poivre, la poudre de cannelle, 2 pincées de girofle, le cumin et la noix muscade. Frottez les deux côtés des filets avec ce mélange. Posez-les, côté peau, sur le gril et faites-les cuire à 12 cm des braises pendant 20 mn, au-dessus d'une lèchefrite, puis retournez-les et faites cuire l'autre côté pendant 5 mn.

3. Pendant ce temps, mettez les griottes dans une casserole avec le bâton de cannelle, 2 pincées de girofle, le porto, la gelée de groseille, le vinaigre, le jus et le zeste de l'orange. Laissez cuire doucement sur le côté du gril.

4. Servez très chaud avec les griottes à part.

Côtelettes d'agneau aux framboises

Entrecôtes à l'avocat

Préparation 15 mn • **Macération** 30 mn • **Cuisson** 5 mn

Pour 4 personnes

- *2 entrecôtes de 350 g chacune*
- *2 gros avocats*
- *2 citrons*
- *1 gousse d'ail*
- *1 échalote*
- *2 branches d'estragon*
- *40 g de parmesan râpé*
- *3 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *quelques gouttes de tabasco ou 1 pointe de purée de piment*
- *sel, poivre*

1. Versez 1 cuillerée à soupe d'huile dans un plat, ajoutez la moitié des feuilles d'estragon et du poivre. Mélangez. Posez les entrecôtes dans le plat, badigeonnez la face qui est vers vous avec une autre cuillerée d'huile, poivrez-la et répartissez dessus le reste des feuilles d'estragon. Laissez-les macérer 30 mn au frais.

2. Pelez l'ail et l'échalote et passez-les au presse-ail. Pressez les citrons. Coupez 1 avocat en deux, ôtez-en le noyau et pelez le fruit. Écrasez la chair avec une fourchette tout en incorporant 3 cuillerées à soupe de jus de citron, le tabasco ou la purée de piment, l'ail, l'échalote, le parmesan, 1 cuillerée à soupe d'huile, du sel et du poivre. Posez cette purée près du foyer pour qu'elle tiédisse.

3. Déposez la viande sur le gril du barbecue et faites-la cuire 2 mn de chaque côté, à 10 cm des braises.

4. Coupez le second avocat en deux, ôtez-en le noyau, pelez-le, coupez-le en lamelles régulières et arrosez celles-ci de jus de citron. Salez-les.

5. Coupez les entrecôtes en deux, disposez chaque moitié sur une assiette, garnissez avec les lamelles d'avocat et servez avec la sauce à part.

Épigrammes au barbecue

Préparation 20 mn • **Cuisson** 20 mn

Pour 6 personnes

- *2 kg d'épigrammes d'agneau coupés en morceaux*
- *2 cuil. à soupe de cassonade*
- *4 cuil. à soupe de moutarde forte*

1. Mélangez la moutarde et la cassonade et badigeonnez de ce mélange l'une des faces des morceaux d'épigrammes.

2. Posez les épigrammes du côté moutardé sur le gril du barbecue, à 12 cm des braises. Au bout de 10 mn, badigeonnez l'autre face des morceaux de viande et retournez-les. Laissez cuire encore 10 mn et servez aussitôt.

Entrecôtes à l'avocat

Tournedos aux fruits secs

Préparation 15 mn • **Cuisson** 4 à 6 mn

Pour 4 personnes

- *4 tournedos*
- *100 g d'un mélange de fruits secs (noix, amandes, noix de cajou, etc.)*
- *75 g de beurre*
- *75 g de roquefort*
- *1 échalote*
- *1 cuil. à soupe de cognac*
- *quelques gouttes de tabasco*
- *sel*

1. Broyez tous les fruits secs.

2. Pelez l'échalote et râpez-la. Faites-la fondre dans une petite casserole avec le beurre. Ajoutez le roquefort émietté, fouettez, salez légèrement, ajoutez le tabasco, le cognac et les fruits broyés. Mélangez soigneusement, puis retirez du feu.

3. Posez les tournedos sur le gril très chaud, à 10 cm des braises, et faites-les cuire de 2 à 3 mn de chaque côté. Servez sans attendre, en présentant la sauce à part.

Brochettes de foie

Préparation 25 mn • **Cuisson** 10 mn

Pour 4 personnes

- *3 tranches de foie d'agneau de 200 g chacune*
- *1 crépine de porc*
- *2 tomates bien fermes*
- *1 gros oignon*
- *1 gousse d'ail*
- *8 petites feuilles de laurier frais*
- *2 branches de persil plat*
- *1 cuil. à café de cumin en poudre*
- *1 cuil. à soupe d'huile*
- *sel, poivre*

Matériel pour cuisson

- *brochettes métalliques*
- *1 lèchefrite*

1. Mettez la crépine à tremper dans une terrine d'eau froide. Placez les tranches de foie sur le gril du barbecue quelques secondes de chaque côté, juste pour les raidir un peu.

2. Lavez les tomates, ôtez-en les graines et coupez-les en quartiers. Pelez l'oignon, coupez-le en quatre et défaites les « feuilles » deux par deux.

3. Pelez l'ail et passez-le au presse-ail au-dessus d'une assiette. Hachez le persil et ajoutez-le ainsi que le cumin, du sel, du poivre et l'huile. Mélangez le tout.

4. Coupez les tranches de foie en carrés de 4 cm et passez-les dans le mélange d'herbes et d'épices. Égouttez la crépine et dépliez-la délicatement. Coupez-la en morceaux et enveloppez chaque morceau de foie dans un morceau de crépine.

5. Huilez 4 brochettes et garnissez-les avec le foie, les quartiers de tomates, les feuilles d'oignon et le laurier en les faisant alterner. Faites-les cuire 10 mn sur le gril, à 10 cm des braises, au-dessus d'une lèchefrite en les retournant de temps en temps.

• Conseil

Prenez garde de ne pas laisser flamber la graisse qui s'écoule de la crépine. Vous pouvez remplacer la crépine par des tranches de lard très fines.

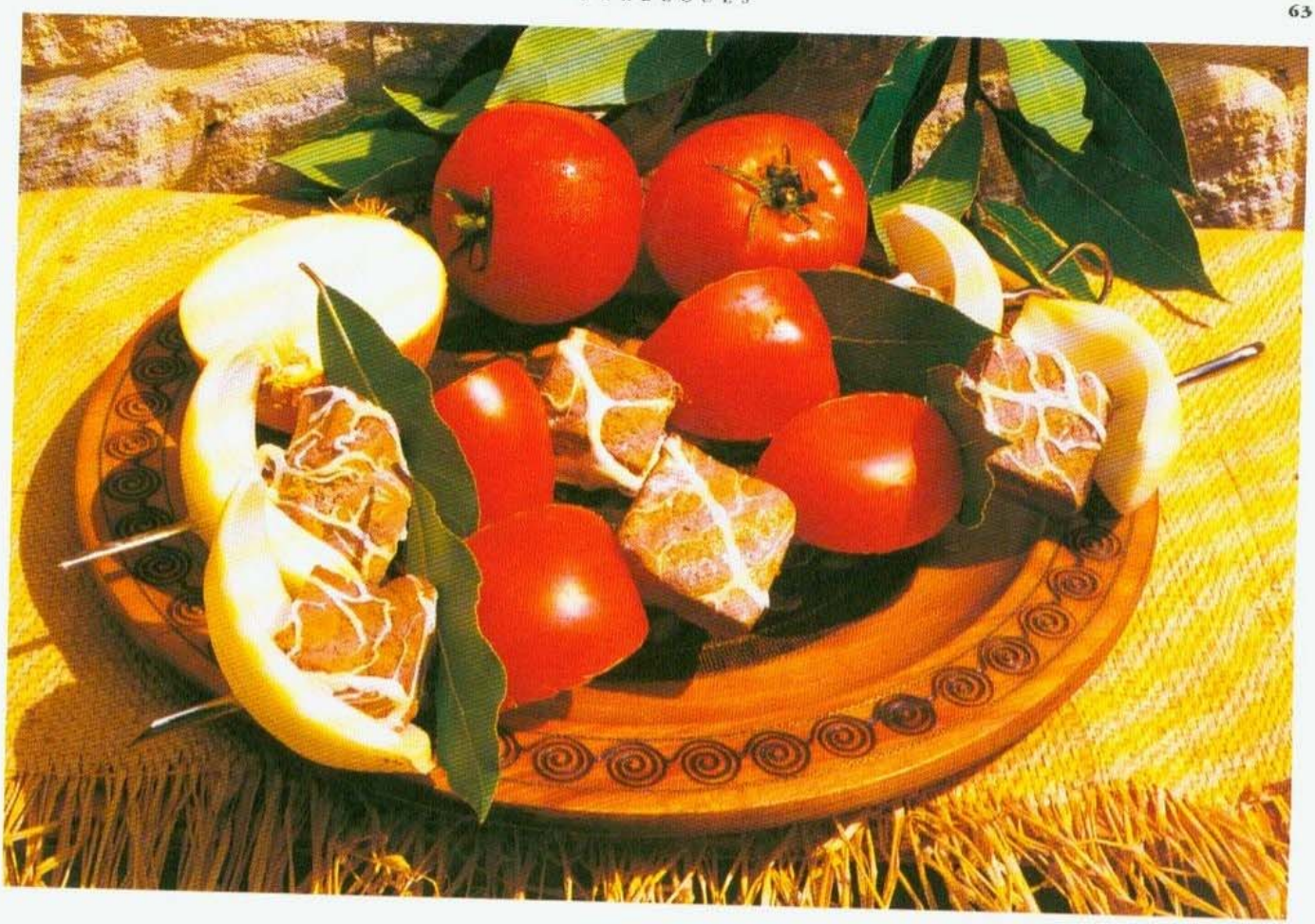
Brochettes mixtes

Préparation 25 mn • **Cuisson** 10 mn

• Variante

- *300 g de foies de volaille*
- *6 rognons d'agneau*

• Vous pouvez remplacer les foies d'agneau par des foies de volaille en prenant soin de retirer soigneusement les parties verdâtres. Intercalez également des demi-rognons d'agneau. Procédez exactement de la même manière que pour les brochettes de foie.



Brochettes de foie

Filet mignon en brochettes

Préparation 15 mn • **Marinade** 12 h • **Cuisson** 10 mn

Pour 4 personnes

- *800 g de filet mignon de porc*
- *16 abricots secs*
- *2 petits oignons*
- *1 gousse d'ail*
- *2 cuil. à soupe de jus de citron*
- *2 cuil. à soupe de beurre de cacahuètes*
- *4 cuil. à soupe de sauce soja*
- *1 cuil. à café de curry*
- *poivre*

Matériel pour cuisson

- *brochettes métalliques*

1. Pelez l'ail et les oignons, hachez-les finement.

2. Coupez la viande en cubes de 3 cm de côté.

3. Mélangez l'ail, les oignons, le beurre de cacahuètes, la sauce soja, le curry et le jus de citron, puis poivrez. Mettez la viande dans ce mélange, remuez et laissez mariner pendant 12 h au frais.

4. Faites tremper les abricots dans de l'eau tiède.

5. Égouttez la viande et les abricots et enfilez-les sur des brochettes en les faisant alterner. Faites-les cuire sur le gril pendant 10 mn, à 12 cm des braises, en les retournant à plusieurs reprises et en les badigeonnant avec le reste de la marinade. Servez chaud.

Gigot en papillote

Préparation 20 mn • **Cuisson** 1 h 10

Pour 6 personnes

- *1 gigot raccourci de 1,8 kg*
- *6 à 8 fines tranches de lard fumé*
- *3 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *4 branches de thym*
- *1 branche de romarin*
- *2 gousses d'ail*
- *1 cuil. à dessert de quatre-épices*
- *sel, poivre*

Matériel pour cuisson

- *tournebroche*
- *1 lèchefrite*

1. Pelez l'ail et coupez-le en lamelles. Piquez le gigot de lamelles d'ail à intervalles réguliers. Frictionnez le gigot avec l'huile, frottez-le avec le quatre-épices, puis avec le thym et le romarin. Salez et poivrez. Enveloppez le gigot dans les tranches de lard, ficelez celles-ci.

2. Enveloppez le gigot dans de l'aluminium ménager. Embrochez-le, posez-le sur le tournebroche, à 30 cm des braises, et laissez-le cuire 40 mn.

3. Après 40 mn de cuisson, retirez l'aluminium, les ficelles et le lard, et faites encore cuire le gigot de 20 à 25 mn au-dessus d'une lèchefrite. Laissez reposer 10 mn. Récupérez le jus de cuisson dans une saucière.

• Conseil

Augmentez le temps de cuisson en fonction de vos goûts : si vous aimez la viande à point, ajoutez 20 mn de cuisson.

Rôti de bœuf à la broche

Préparation 10 mn • **Macération** 12 h • **Cuisson** 40 mn

Pour 6 personnes

- *1,5 kg de rumsteck ficelé en rôti, non bardé*
- *2 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *3 branches de thym*
- *1 cuil. à soupe de poivres noir, blanc et vert concassés et mélangés*
- *1 cuil. à café de baies roses*
- *sel*

Matériel pour cuisson

- *tournebroche*

1. Écrasez les baies roses et mélangez-les au thym émietté et aux autres poivres. Huilez la viande et roulez-la dans ce mélange. Enveloppez-la dans de l'aluminium ménager et laissez-la macérer 12 h au frais.

2. Au moment de la cuisson, tamponnez la viande avec du papier absorbant juste pour l'éponger, mais sans retirer les aromates. Embrochez-la, posez la broche sur le tournebroche, à 15 cm des braises, et laissez cuire 40 mn si vous aimez la viande saignante. Pour une viande bleue, réduisez le temps de cuisson de 10 mn. Vous pouvez vérifier la température avec une thermosonde.

3. À la fin de la cuisson, débrochez la viande, salez-la et laissez-la reposer 10 mn avant de servir.

• Conseil

Servez ce rôti avec une sauce béarnaise, ou des pommes de terre cuites sous la cendre farcies de beurre maître d'hôtel.

Gigot en papillote

Rôti de dindonneau

Préparation 15 mn • **Marinade** 24 h • **Cuisson** 1 h

Pour 6 personnes

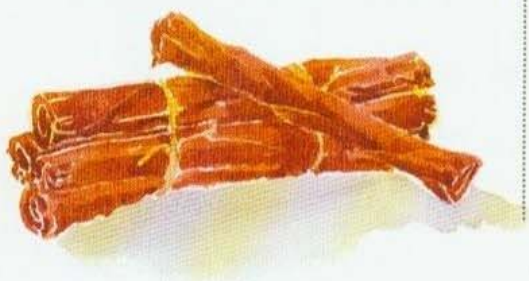
- *1 rôti de dindonneau de 1,2 kg, non bardé*
- *6 à 8 fines tranches de lard fumé*
- *25 cl de cidre*
- *1 oignon*
- *1 feuille de laurier*
- *1 branche de thym*
- *1 bâton de cannelle*
- *1 anis étoilé*
- *3 clous de girofle*
- *1/2 cuil. à café de poivre mignonnette*
- *sel*

Matériel pour cuisson

- *tournebroche*

1. Mettez le rôti de dindonneau dans une terrine étroite avec le cidre, la cannelle, le girofle, l'oignon coupé en rondelles, le poivre, l'anis, le laurier, le thym et du sel. Laissez mariner 24 h au frais.

2. Au moment de la cuisson, égouttez la viande, entourez-la des tranches de lard fumé et ficelez celles-ci. Embrochez le rôti, placez-le sur le tournebroche et faites-le cuire 1 h.



• Conseil

Si vous préparez vous-même le rôti avec 2 blancs de dinde, glissez 1 ou 2 tranches de lard entre les deux morceaux avant de les réunir.
Vous pouvez préparer de la même façon une cuisse de dinde que vous ferez ensuite cuire sur le gril.

Cuisses de poulet rouges

Préparation 15 mn • **Marinade** 12 à 24 h • **Cuisson** 40 mn

Pour 6 personnes

- *6 cuisses de poulet entières*
- *2 gousses d'ail*
- *3 cuil. à soupe de mélange tandoori*
- *3 cuil. à soupe de jus de citron*
- *2 cuil. à soupe d'huile*
- *sel*

1. Pelez l'ail et passez-le au presse-ail. Mélangez-le dans une jatte avec le mélange d'épices tandoori, le jus de citron et du sel.

2. Entaillez les cuisses de poulet à intervalles réguliers sur 5 mm de profondeur, de tous côtés. Frottez-les avec le mélange précédent. Huilez-les et laissez-les mariner de 12 à 24 heures au réfrigérateur.

3. Posez les cuisses de poulet sur le gril et faites-les cuire de 30 à 40 mn, à 12 cm des braises, en les retournant à plusieurs reprises.

• Conseil

Servez avec un assortiment de crudités et une sauce au yaourt.

Coquelets aux herbes

Coquelets aux herbes

Préparation 15 mn • **Marinade** 12 h • **Cuisson** 30 mn

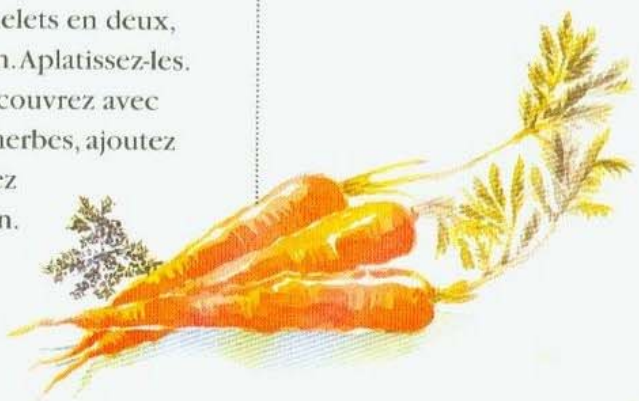
Pour 4 personnes

- *2 coquelets de 500 g chacun*
- *4 citrons*
- *2 carottes*
- *2 oignons rouges*
- *1 branche de thym*
- *2 branches de persil plat*
- *3 feuilles de sauge*
- *quelques gouttes de tabasco*
- *sel, poivre*

1. Épluchez les oignons et coupez-les en lamelles fines. Grattez les carottes et coupez-les en rondelles fines. Émiettez la branche de thym, hachez le persil et la sauge. Pressez les citrons.

2. Coupez les coquelets en deux, du cou au croupion. Aplatissez-les. Salez et poivrez, recouvrez avec les légumes et les herbes, ajoutez le tabasco et arrosez avec le jus de citron. Couvrez et laissez mariner 12 h au frais.

3. Égouttez les coquelets. Posez-les sur la grille du barbecue à 20 cm des braises et laissez-les cuire 15 mn de chaque côté en les arrosant de marinade une ou deux fois.



Cochon de lait farci

Préparation 45 mn • **Macération** 12 h • **Cuisson** 3 h

Pour 8 à 10 personnes

- *1 petit cochon de lait avec le foie et les rognons*
- *1 petit pain de campagne*
- *3 pommes*
- *2 citrons*
- *6 gousses d'ail*
- *2 gros oignons*
- *1 bouquet de persil plat*
- *1 cuil. à soupe d'herbes de Provence*
- *1 cuil. à café de graines de coriandre*
- *12 baies de genièvre*
- *1 cuil. à café de quatre-épices*
- *6 grains de piment de la Jamaïque*
- *1 cuil. à café de poivre vert*
- *12 cl d'huile d'olive*
- *2 cuil. à soupe de gros sel*

Matériel pour cuisson

- *petites brochettes métalliques*
- *tournebroche*

1. Épluchez l'ail et les oignons. Hachez-les ainsi que le persil. Pressez les citrons, ajoutez leur jus à ces hachis. Ajoutez également la coriandre, le piment de la Jamaïque, le poivre vert, les herbes de Provence, les baies de genièvre, le quatre-épices et l'huile.

2. Salez l'intérieur du cochon avec la moitié du gros sel, puis badigeonnez l'intérieur et l'extérieur de l'animal avec la préparation précédente. Laissez macérer 12 h au frais.

3. Après la macération, coupez le pain en morceaux et essuyez l'extérieur et l'intérieur du cochon avec ces morceaux, pour récupérer les épices et les herbes. Mettez-les de côté.

4. Pelez les pommes, coupez-les en quatre et retirez le cœur. Hachez les pommes, le foie, les rognons et le pain avec les ingrédients de la macération. Ajoutez le reste du gros sel. Emplissez le cochon de ce mélange, recousez-le ou fermez-le avec de petites brochettes métalliques.

5. Embrochez le cochon. Protégez la queue et les oreilles avec de l'aluminium ménager pour les empêcher de brûler. Placez le cochon sur le tournebroche et faites cuire environ 3 h, à 40 cm des braises.

6. Vérifiez la cuisson en piquant la partie la plus charnue du jambon avec un thermomètre à viande : il doit indiquer 75 °C.

• Conseil

Seul un petit cochon de lait peut être rôti au tournebroche. Si vous désirez faire cuire un porcelet (pour un nombre de convives beaucoup plus important), vous devrez improviser un foyer en creusant dans la terre une tranchée profonde et large de 30 cm, un peu moins longue que l'animal, et planter à chaque extrémité une fourche destinée à supporter la tige (solide) sur laquelle sera attachée la bête. Cette tige doit la transpercer d'un bout à l'autre, puis on lie les cuisses et les épaules à la tige en tirant bien. Les fourches doivent maintenir la viande à 50 cm du sol pour éviter que la peau ne soit grillée avant que la chair ne soit cuite.

Cochon de lait farci

Méchoui

Cuisson 4 à 5 h (voir conseil)

• Variante

- *1 mouton entier*
- *beurre fondu*
- *sel, poivre*

Pour servir

- *cumin*
- *sel*
- *petits oignons frais ou rondelles d'oignons secs*

• Le mouton entier rôti que l'on désigne sous le nom de méchoui en Afrique du Nord se fait cuire selon la même méthode. Tout au long de la cuisson, on le badigeonne régulièrement avec un pinceau trempé dans du beurre fondu, salé et poivré fortement (comptez 100 g de poivre pour 500 g de beurre). La broche doit être tournée toutes les 15 mn. Vérifiez la cuisson en piquant la viande avec une aiguille : le liquide qui s'échappe doit être incolore. La chair d'un bon méchoui doit se détacher avec les doigts et être dégustée de même, avec un mélange de sel et de cumin, des petits oignons frais ou des rondelles d'oignons secs. Comptez, selon le poids et la qualité, de 4 h à 5 h de cuisson.

• Conseil

Le temps de cuisson varie selon la taille et le poids du mouton. Demandez conseil à votre boucher lors de l'achat. N'oubliez pas que plus l'animal est épais, plus il doit être éloigné de la source de chaleur pour éviter que l'extérieur ne brûle avant que la chaleur n'ait eu le temps de pénétrer jusqu'au centre.

Lapin à l'ail

Préparation 10 mn • **Macération** 2 h • **Cuisson** 40 mn

Pour 4 à 6 personnes

- *1 lapin coupé en morceaux*
- *6 gousses d'ail*
- *10 brins de serpolet*
- *3 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *sel, poivre*

Pour les brochettes de légumes

- *1 aubergine*
- *2 courgettes*
- *2 tomates*
- *2 côtes de céleri*
- *1 oignon rouge*
- *4 gousses d'ail*
- *3 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *sel, poivre*

Matériel pour cuisson

- *brochettes métalliques*

1. Pelez l'ail, passez 4 gousses au presse-ail, coupez les 2 autres en deux. Frottez les morceaux de lapin avec les demi-gousses d'ail. Mélangez l'ail écrasé avec le serpolet effeuillé et l'huile d'olive. Salez et poivrez. Badigeonnez les morceaux de lapin de cette préparation et laissez macérer 2 h au frais.

2. Au moment de la cuisson, déposez le lapin sur le gril, à 20 cm des braises, et laissez cuire de 30 à 40 mn, selon l'épaisseur des morceaux.

3. Préparez les brochettes de légumes : coupez l'aubergine et les courgettes en rondelles de 1,5 cm d'épaisseur. Coupez les tomates en quartiers. Effilez les côtes de céleri et coupez-les en carrés de 3 cm. Pelez l'oignon, coupez-le en quatre et détachez les « feuilles » deux par deux.

4. Pelez les 4 gousses d'ail et hachez-les, mélangez-les avec l'huile et salez. Passez les légumes dans ce mélange, enfilez-les sur des brochettes en faisant alterner les couleurs. Posez chaque brochette sur de l'aluminium ménager, répartissez dessus le reste du mélange d'huile à l'ail, poivrez, enfermez les brochettes dans l'aluminium et faites-les cuire à la périphérie du gril.

Lapin en papillotes

Préparation 10 mn • **Cuisson** 30 à 40 mn

Pour 4 à 6 personnes

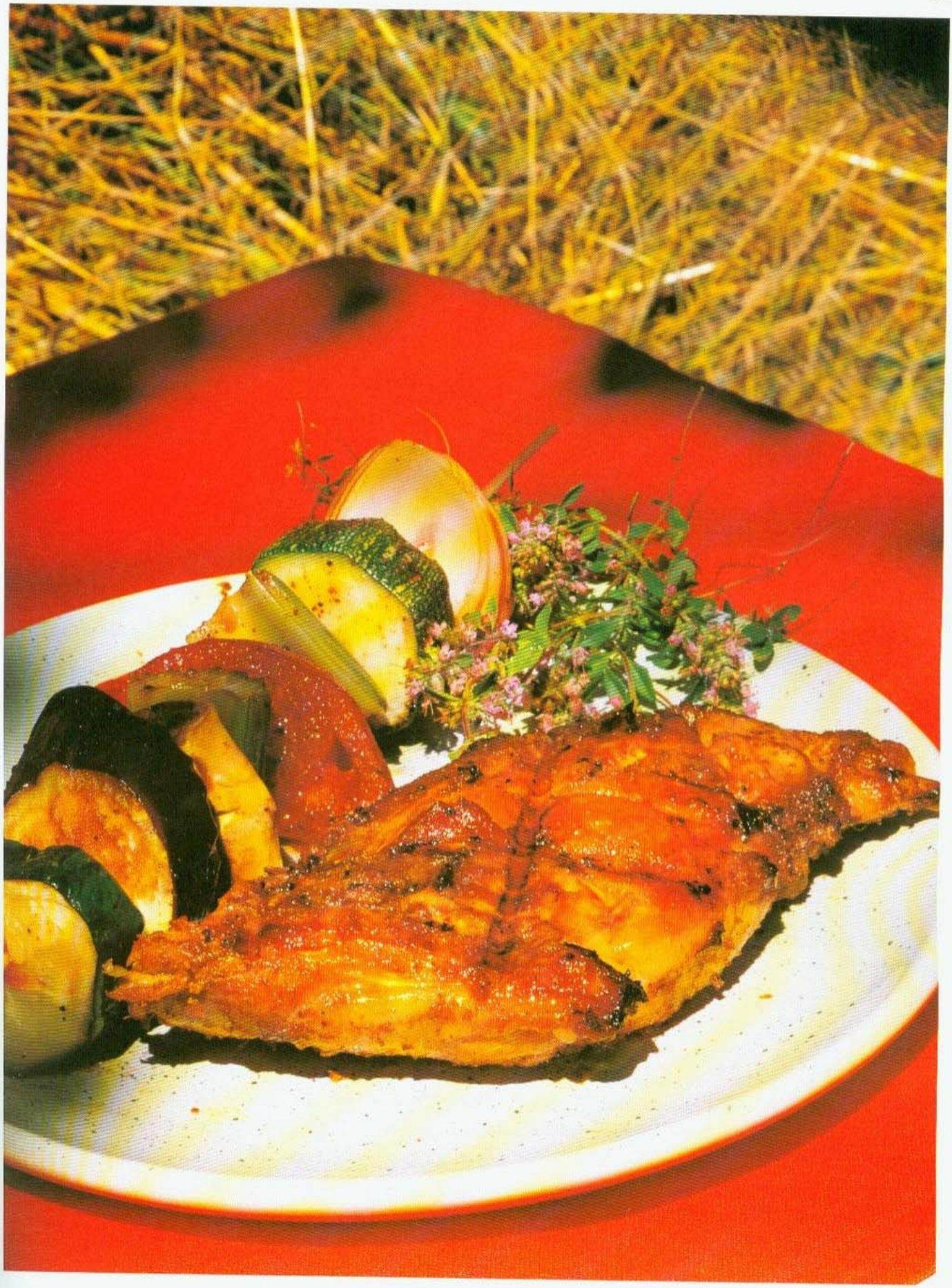
- *1 lapin coupé en morceaux*
- *3 cuil. à soupe de moutarde*
- *2 cuil. à soupe d'estragon haché*
- *20 cl de crème fraîche*
- *sel, poivre*

1. Salez et poivrez les morceaux de lapin, tartinez-les de moutarde et parsemez-les d'estragon.

2. Beurrez des carrés d'aluminium ménager et enveloppez-y chaque morceau de lapin. Posez les papillotes sur le gril, à 20 cm des braises, et faites les cuire de 30 à 40 mn en les retournant à mi-cuisson.

3. Pendant ce temps, mettez la crème fraîche à chauffer sur le bord du barbecue.

4. Dès que les papillotes sont cuites, déposez les morceaux de lapin sur un plat. Versez le jus de cuisson dans la crème, mélangez et vérifiez l'assaisonnement. Servez sans plus attendre.



Lapin à l'ail

Mixed grill

Préparation & Cuisson 10 mn

Pour 4 personnes

- *4 côtes d'agneau*
- *4 rognons d'agneau ouverts en deux*
- *4 saucisses chipolatas*
- *4 petites tranches de foie d'agneau*
- *4 tranches de bacon*
- *4 tomates bien fermes*
- *4 grosses têtes de champignons de Paris*
- *125 g de beurre demi-sel mou*
- *3 cuil. à soupe de fines herbes hachées*
- *2 cuil. à soupe de jus de citron*
- *3 cuil. à soupe d'huile*
- *sel, poivre*

1. Coupez les tomates en deux. Arrosez les champignons de jus de citron et salez-les. Piquez les chipolatas avec une fourchette. Huilez légèrement les viandes, les tomates et les champignons.

2. Posez les aliments sur le gril à 12 cm des braises selon les temps de cuisson : côtes, chipolatas et champignons : 3 mn de chaque côté ; rognons, foie et bacon : 2 mn de chaque côté ; tomates, côté peau sur le gril : 3 mn.

3. Pendant ce temps, malaxez le beurre avec les fines herbes.

4. Mettez une noisette de beurre aux herbes au creux des champignons ; salez et poivrez les tomates ; surmontez le foie avec le bacon ; salez et poivrez côtes et rognons. Garnissez les assiettes avec le reste du beurre.

Mini-brochettes

Préparation & Cuisson 20 mn

Pour 4 personnes

- *16 mini-boudins noirs antillais*
- *16 mini-boudins blancs*
- *16 mini-épis de maïs*
- *16 cerises au vinaigre de vin*
- *huile*

Matériel pour cuisson

- *bâtonnets en bois d'environ 12 cm*

1. Dénoyautez les cerises si cela est nécessaire. Huilez légèrement 8 bâtonnets en bois. Embrochez les boudins noirs, les boudins blancs, les épis de maïs et les cerises en les alternant.

2. Faites cuire les brochettes sur le gril pendant 10 mn, à 15 cm des braises, en les tournant deux ou trois fois. Servez sans attendre. Ces brochettes sont idéales pour l'apéritif.

Brochettes d'agneau aux abricots

Brochettes d'agneau aux abricots

Préparation 30 mn • **Marinade** 2 h • **Cuisson** 12 mn

Pour 4 personnes

- *1 kg d'épaule d'agneau sans os*
- *12 tranches de lard fumé*
- *500 g d'abricots*
- *1 orange*
- *1 aubergine*
- *8 petits oignons blancs*
- *3 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *2 cuil. à soupe de vin blanc sec*
- *1 cuil. à café de gros sel*
- *poivre*

Matériel pour cuisson

- *brochettes métalliques*

1. Dégraissez la viande et coupez-la en cubes de 4 cm de côté. Lavez l'aubergine et coupez-la en morceaux de 3 cm. Enroulez chaque morceau d'aubergine dans une tranche de lard et maintenez-les avec un pique-olive en bois. Pelez les petits oignons.

2. Lavez et brossez l'orange sous l'eau tiède. Râpez son zeste, puis coupez-la en deux et pressez-la. Mélangez le zeste et le jus de l'orange, l'huile, le vin blanc et le gros sel. Poivrez, ajoutez la viande, les aubergines et les oignons. Laissez mariner 2 h au frais.

3. Lorsque la marinade est achevée, égouttez la viande, les aubergines et les oignons. Lavez les abricots, coupez-les en deux et dénoyautez-les. Garnissez 4 brochettes en faisant alterner tous les ingrédients. Posez-les sur le gril, à 12 cm des braises, et faites-les cuire 12 mn, en les retournant à plusieurs reprises.

Travers de porc à l'aigre-douce

Préparation 10 mn • **Marinade** 3 h • **Cuisson** 20 à 25 mn

Pour 4 personnes

- *1 kg de travers de porc coupé en morceaux*
- *3 cuil. à soupe de confiture d'abricots*
- *2 cuil. à soupe de sauce soja*
- *1/2 cuil. à café de pâte de piment*
- *1 cuil. à soupe de vinaigre*

Matériel pour cuisson

- *pince spéciale*
- *1 lèchefrite*

1. Faites fondre la confiture d'abricots, ajoutez le vinaigre, la sauce soja et la pâte de piment et laissez bouillir doucement pendant 3 mn. Versez ce mélange sur la viande, mélangez pour bien enrober tous les morceaux et laissez mariner environ 3 h au frais.

2. Prenez les travers avec une pince, égouttez-les et déposez-les sur le gril, au-dessus d'une lèchefrite. Laissez-les cuire de 20 à 25 mn en les retournant fréquemment et en les badigeonnant du reste de la marinade.
Servez brûlant.

Côtes de porc à la sauge

Préparation 10 mn • **Marinade** 1 h • **Cuisson** 15 à 20 mn

Pour 4 personnes

- *4 côtes de porc épaisses de 2 cm*
- *8 feuilles de sauge*
- *2 branches de romarin*
- *2 gousses d'ail*
- *4 cuil. à soupe d'huile*
- *2 pincées de paprika*
- *sel, poivre*

Matériel pour cuisson

- *1 lèchefrite*

1. Hachez la sauge, l'ail et le romarin, ajoutez l'huile, le paprika, du sel et du poivre. Frottez les côtes de porc de ce mélange et laissez-les mariner 1 h au frais.

2. Égouttez les côtes de porc, entaillez le gras tout autour à intervalles réguliers et faites-les cuire sur le gril, à 12 cm des braises, au-dessus d'une lèchefrite pendant 15 à 20 mn, en les badigeonnant souvent du reste de la marinade et en les retournant à mi-cuisson.

• Conseil

Servez cette viande avec des pommes coupées en quartiers et cuites en papillotes.

Brochettes de gigot

Brochettes de gigot

Préparation 20 mn • **Marinade** 1 h • **Cuisson** 10 mn

Pour 4 personnes

- *700 g de côtes de gigot*
- *1 yaourt au lait entier*
- *1 citron*
- *4 oignons nouveaux avec leur tige*
- *1 gousse d'ail*
- *1 branche de thym*
- *1 petit bouquet de persil plat*
- *3 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *sel, poivre*

Matériel pour cuisson

- *brochettes métalliques*

1. Pelez l'ail et passez-le au presse-ail. Pressez le citron. Mélangez l'ail, le jus de citron, le thym émietté et l'huile. Salez et poivrez. Coupez la viande en cubes et faites-les mariner 1 h au frais dans ce mélange.

2. Égouttez la viande et embrochez-la sur 4 brochettes. Posez les brochettes sur le gril et faites-les cuire 10 mn, à 10 cm des braises, en les retournant à mi-cuisson.

3. Rincez le persil et hachez-le finement. Pelez les oignons nouveaux et hachez-les ainsi que 2 tiges vertes. Ajoutez le reste de la marinade et le yaourt. Mélangez bien, rectifiez l'assaisonnement et servez avec les brochettes.

Sauce rouge

Préparation 10 mn • **Cuisson** 30 mn

Pour 40 cl de sauce env.

- *200 g de purée de tomates*
- *70 g de concentré de tomate*
- *2 oignons, 2 gousses d'ail*
- *1 feuille de laurier*
- *1 branche de thym*
- *girofle, noix muscade*
- *1 cuil. à soupe de moutarde*
- *sauce Worcestershire*
- *quelques gouttes de tabasco*
- *2 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *2 cuil. soupe de vinaigre*
- *2 cuil. à soupe de sucre*
- *sel*

1. Pelez les oignons et l'ail et hachez-les. Faites-les fondre dans une casserole avec l'huile, puis poudrez-les de sucre, ajoutez le vinaigre, la moutarde, le thym, le laurier, la purée de tomates, le concentré de tomate et 15 cl d'eau. Laissez cuire 15 mn à feu doux.

2. Ajoutez dans la casserole 2 cuillerées de sauce Worcestershire, 1 pincée de girofle, 2 pincées de noix muscade et le tabasco. Goûtez avant de saler et laissez mijoter encore 10 mn. Servez avec des viandes et des volailles grillées.

Sauce-compote

Préparation 10 mn • **Cuisson** 35 mn

Pour 4 personnes

- *1/2 poivron rouge ou jaune*
- *1/2 piment frais*
- *500 g de reines-claudes*
- *3 cuil. à soupe de vinaigre*
- *2 cuil. à soupe de sucre roux*
- *1 cuil. à café d'huile d'olive*
- *sel*

1. Rincez le poivron et coupez-le en petits dés. Rincez le piment, épépinez-le sous l'eau froide et hachez-le finement. Lavez les reines-claudes, coupez-les en deux et dénoyautez-les.

2. Faites fondre 5 mn le poivron et le piment avec l'huile, sucrez, vinaigrez et laissez évaporer de moitié. Ajoutez les reines-claudes et laissez cuire 30 mn. Salez. Servez avec des viandes grillées.

Sauce verte

Préparation 15 mn

Pour 6 personnes

- *30 g d'oseille surgelée*
- *1 bouquet de fines herbes mélangées*
- *2 échalotes, 1 gousse d'ail*
- *1 jaune d'œuf dur*
- *2 cuil. à soupe de vinaigre*
- *4 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *sel, poivre*

1. Laissez dégeler l'oseille. Rincez toutes les herbes, séchez-les et hachez-les finement. Pelez les échalotes et l'ail. Écalez l'œuf dur.

2. Broyez le jaune d'œuf avec un pilon, salez et poivrez, arrosez peu à peu avec l'huile en fouettant. Ajoutez ensuite le vinaigre. Passez les échalotes et l'ail au presse-ail au-dessus de cette préparation, ajoutez les herbes et l'oseille. Mélangez soigneusement. Vérifiez l'assaisonnement. Servez avec poissons et viandes grillées.

Sauces d'accompagnement

Maquereaux à l'aneth

Préparation 15 mn • **Marinade** 2 h • **Cuisson** 20 mn

Pour 4 personnes

- *4 maquereaux d'environ 300 g chacun, vidés*
- *2 échalotes*
- *graines d'aneth*
- *1 citron*
- *3 cuil. à soupe d'huile*
- *sel, poivre*

Pour la sauce

- *2 œufs durs*
- *1 gousse d'ail*
- *aneth frais*
- *1 cuil. à soupe de câpres*
- *1 cuil. à soupe de moutarde*
- *3 cuil. à soupe d'huile*
- *3 cuil. à soupe de vinaigre de vin blanc*
- *1 cuil. à soupe de pastis*
- *sel, poivre*

Matériel pour cuisson

- *gril double*

1. Pressez le citron, pelez les échalotes et hachez-les. Mélangez-les avec 3 cuillerées à soupe de jus de citron, l'huile, 1 cuillerée à soupe de graines d'aneth, du sel et du poivre. Rincez les poissons, essuyez-les et faites-les mariner 2 h au frais dans ce mélange.

2. Préparez la sauce : écalez les œufs durs et écrasez-les à la fourchette. Ajoutez la moutarde, l'ail écrasé, du sel, du poivre, puis le vinaigre, l'huile, le pastis, 2 cuillerées à soupe d'aneth frais et les câpres, en remuant sans cesse. Posez cette sauce à proximité des braises.

3. Égouttez les poissons, enfermez-les dans un gril double et laissez-les cuire 20 mn, à 12 cm des braises, en les retournant souvent et en les badigeonnant avec la marinade.

Gambas au beurre de noisettes

Préparation 15 mn • **Cuisson** 8 mn environ

Pour 6 personnes

- *30 gambas*
- *250 g de beurre mou*
- *100 g de noisettes en poudre*
- *2 cuil. à soupe de ciboulette hachée*
- *1 cuil. à soupe de moutarde*
- *3 cuil. à soupe d'huile*
- *sel, poivre*

Matériel pour cuisson

- *gril double*

1. Fendez la carapace ventrale des gambas avec des ciseaux. Arrosez-les d'huile, salez-les et poivrez-les.

2. Travaillez le beurre en y incorporant les noisettes, la moutarde, la ciboulette et du poivre. Mettez la moitié de ce beurre dans une coupelle.

3. Enfermez les gambas dans un gril double et posez-le à 10 cm des braises. Laissez cuire environ 4 mn de chaque côté, selon la grosseur des crustacés, jusqu'à ce que la carapace soit très rouge et commence nettement à noircir.

4. Répartissez immédiatement les gambas dans les assiettes tiédies à proximité du foyer, tartinez-les avec le reste du beurre et servez avec la coupelle de beurre à part.

Gambas au beurre de noisettes

POUR 4 PERSONNES

- *24 langoustines*
- *4 citrons verts*
- *6 petits oignons nouveaux*
- *1 gousse d'ail*
- *1 petit piment frais*
- *24 feuilles de laurier fraîches*
- *1 cuil. à soupe de rhum blanc*
- *sel*

MATÉRIEL POUR CUISSON

- *brochettes métalliques*

Brochettes de langoustines sauce piquante

PRÉPARATION 15 MN • **CUISSON** 8 À 12 MN

1. Pelez les oignons, hachez-les finement ainsi que leurs tiges vertes. Passez l'ail au presse-ail. Équeutez et épépinez le piment, puis hachez-le. Pressez les citrons. Mélangez les oignons, l'ail et le piment. Arrosez avec le jus des citrons et 10 cl d'eau bouillante. Couvrez et laissez infuser pendant la suite des opérations.

2. Enfilez les langoustines sur 4 ou 8 brochettes, selon leur longueur, en les piquant à l'horizontale (près de la queue et dans la tête), et en intercalant 1 feuille de laurier entre toutes les langoustines.

3. Posez les brochettes sur le gril, à 10 cm des braises, et faites-les cuire de 4 à 6 mn de chaque côté, selon la grosseur des crustacés.

4. Ajoutez le rhum dans la sauce, salez et servez avec les brochettes.

Daurade grillée

Préparation 10 mn • **Macération** 2 h • **Cuisson** 30 mn

Pour 4 personnes

- *2 daurades de 1 kg chacune, vidées mais non écaillées*
- *6 branches de fenouil séché*
- *4 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *3 cuil. à soupe de jus de citron*
- *1 cuil. à soupe de pastis*
- *sel, poivre*

Matériel pour cuisson

- *1 ou 2 grils doubles*

1. Rincez les daurades et séchez-les dans du papier absorbant. Entaillez-les à intervalles réguliers. Introduisez 2 branches de fenouil dans la cavité ventrale de chacun des poissons. Mélangez dans un plat l'huile, le jus de citron et le pastis, salez et poivrez, posez les poissons dans ce mélange, retournez-les à plusieurs reprises pour bien les enrober et laissez-les macérer au frais pendant 2 h.

2. Au moment de la cuisson, égouttez les poissons et enfermez-les dans un ou deux grils doubles. Posez-les à 12 cm des braises et laissez cuire 30 mn, en les retournant à plusieurs reprises pendant la cuisson et en les badigeonnant régulièrement du reste de la macération.

3. Quelques minutes avant la fin de la cuisson, jetez le reste du fenouil séché dans les braises.

4. Servez nature ou avec une mayonnaise parfumée au pastis et au citron.

• Conseil

N'oubliez pas que les poissons destinés à être grillés ne doivent pas être écaillés : les écailles forment une couche protectrice qui empêche leur chair de se dessécher. Pour changer, vous pouvez réaliser la même recette avec des pageots ou des rascasses de l'Atlantique.

Filets de rascasse en papillotes

Préparation 10 mn • **Cuisson** 10 mn

Pour 4 personnes

- *4 filets de rascasse d'environ 150 g chacun*
- *4 tranches de jambon cru*
- *2 tomates*
- *3 cuil. à soupe de parmesan râpé*
- *20 g de beurre*
- *sel, poivre*

1. Beurrez 4 grands rectangles d'aluminium ménager. Salez et poivrez les filets de poisson. Coupez les tomates en rondelles et retirez les pépins.

2. Posez 1 tranche de jambon sur chaque carré d'aluminium puis déposez 1 filet de poisson dessus. Recouvrez de rondelles de tomates, poudrez de parmesan, parsemez de noisettes de beurre et fermez hermétiquement chaque papillote.

3. Posez les papillotes sur le gril du barbecue et faites-les cuire 10 mn, à 12 cm des braises, en les retournant à mi-cuisson. Servez dans les papillotes.

Daurade grillée

Assortiment marin

PRÉPARATION 30 MN • **CUISSON** 10 MN

POUR 4 PERSONNES

- *4 lisettes (petits maquereaux de ligne) vidées*
- *8 sardines vidées, non écaillées*
- *4 petits rougets barbets non écaillés*
- *200 g de filet de julienne*
- *16 grosses moules d'Espagne*
- *8 grosses crevettes roses*
- *8 tranches de lard fumé*
- *1 poivron rouge*
- *1 poivron vert*
- *3 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *sel, poivre*

MATÉRIEL POUR CUISSON

- *brochettes métalliques*
- *gril double*

1. Lavez les poissons et essuyez-les. Salez-les et poivrez-les à l'intérieur. Coupez le filet de julienne en 16 bouchées. Badigeonnez-les d'huile, salez-les et poivrez-les.

2. Ébarbez les moules, lavez-les à grande eau, ouvrez les coquilles avec un couteau et sortez les mollusques. Enroulez chaque moule dans une demi-tranche de lard. Coupez la pulpe des poivrons en carrés et huilez-les. Enfilez les moules, la julienne et les poivrons sur 4 brochettes, et en mettant une crevette à chaque extrémité, en l'embrochant à l'horizontale.

3. Enfermez les poissons dans un gril double et faites-les cuire 10 mn, à 12 cm des braises, en les retournant à mi-cuisson. Faites cuire les brochettes 8 mn, en les huilant de temps en temps.

4. Servez avec de l'huile d'olive additionnée de jus de citron et parfumée à l'aneth.

Brochettes de lotte

Préparation 20 mn • **Marinade** 1 h • **Cuisson** 10 mn

Pour 6 personnes

- *1 kg de lotte sans le cartilage central*
- *250 g de petits champignons de Paris*
- *24 petits oignons nouveaux*
- *1 poivron rouge*
- *4 citrons verts*
- *14 feuilles de laurier frais*
- *1 cuil. à café de paprika*
- *6 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *sel, poivre*

Matériel pour cuisson

- *brochettes métalliques*

1. Ôtez le pied des champignons et lavez les têtes. Épluchez les oignons. Lavez le poivron et coupez la pulpe en carrés. Râpez le zeste de 1 citron, puis pressez le fruit.

2. Coupez le poisson en cubes de 3 cm. Mettez-le dans un plat creux avec tous les éléments préparés, l'huile, le paprika, du sel, du poivre et 2 feuilles de laurier. Mélangez et laissez mariner 1 h au frais.

3. Au moment de la cuisson, lavez les citrons et coupez-les en huit dans la longueur. Enfilez tous les ingrédients sur 6 brochettes en les faisant alterner. Commencez et finissez chaque brochette par 1 feuille de laurier.

4. Posez les brochettes sur le gril, à 10 cm des braises, et faites-les cuire 10 mn en les retournant de temps en temps et en les badigeonnant avec le liquide de la marinade.

• Conseil

Vous pouvez badigeonner les aliments en cours de cuisson avec un pinceau, à long manche de préférence pour ne pas vous brûler, mais vous pouvez aussi utiliser un bouquet de thym ou de romarin qui ajoutera son arôme à la préparation.

Praires et moules farcies

Préparation & Cuisson 1 h

Pour 4 personnes

- *24 praires*
- *24 moules d'Espagne*
- *250 g de beurre demi-sel mou*
- *4 gousses d'ail*
- *1 bouquet de persil plat*
- *4 cuil. à soupe de pignons de pin*
- *poivre*

Matériel pour cuisson

- *1 lèchefrite*

1. Pelez l'ail et passez-le au presse-ail. Rincez le persil et hachez-le finement. Hachez grossièrement les pignons de pin. Travaillez ensemble le beurre, l'ail, le persil, les pignons et du poivre.

2. Grattez et ébarbez les moules, puis lavez-les à grande eau.

3. Posez les praires et les moules sur la lèchefrite. Posez celle-ci sur le gril du barbecue, le plus près possible des braises, et laissez les coquilles s'ouvrir.

4. Lorsque les coquilles sont bien ouvertes, déposez un morceau de beurre sur chaque mollusque et laissez-le fondre. Servez aussitôt.

• Conseil

Si les coquillages ne sont pas bien stables dans la lèchefrite, déposez du gros sel dans ce récipient et calez les coquilles.

Brochettes de lotte

Truites à l'estragon

Préparation 15 mn • **Cuisson** 10 mn

Pour 4 personnes

- *4 truites vidées par les ouïes, de 250 g chacune*
- *60 g de beurre mou*
- *1 citron*
- *2 cuil. à soupe d'estragon haché*
- *sel, poivre*

Matériel pour cuisson

- *gril double*

1. Rincez les truites et essuyez-les. Faites trois entailles en diagonale du côté de la tête, sur chaque face.

2. Brossez le citron sous l'eau courante, essuyez-le et râpez le zeste. Pelez le citron à vif et coupez la pulpe en dés, salez-les, poivrez-les.

3. Farcissez les truites avec 1 pincée d'estragon et les dés de citron. Enfermez-les dans un gril double, posez-les sur le gril du barbecue et faites-les cuire 5 mn de chaque côté, à 12 cm des braises.

4. Mélangez le beurre avec le zeste du citron, le reste de l'estragon, du sel et du poivre. Posez les truites sur les assiettes tièdes, répartissez le beurre sur les truites et servez sans attendre.

Darnes de saumon à la nordique

Préparation 10 mn • **Marinade** 24 h • **Cuisson** 15 mn

Pour 4 personnes

- *4 darnes (tranches) de saumon d'environ 200 g chacune*
- *3 cuil. à soupe de xérès sec*
- *1 cuil. à soupe de sucre*
- *1/2 cuil. à café de poivre mignonnette*
- *1 cuil. à soupe de sel*

Pour servir

- *10 cl de crème fraîche*
- *1 cuil. à soupe d'aneth haché*

1. Mélangez le sel, le sucre, le poivre et le xérès. Versez le tiers du mélange dans un plat. Essuyez le poisson et posez 2 tranches dans le plat, recouvrez-les avec la moitié du reste du mélange, posez les deux autres tranches par-dessus, recouvrez-les du reste du mélange, couvrez d'aluminium ménager et laissez mariner 24 h au réfrigérateur. Retournez le poisson après 12 h.

2. Égouttez le poisson et essuyez-le. Posez les tranches sur le gril, à 12 cm des braises, et laissez-les cuire 15 mn en les retournant à mi-cuisson avec une spatule large ou enfermez-les dans un gril double pour les retourner plus facilement.

3. Faites tiédir la crème sur le côté du gril, puis ajoutez-y l'aneth haché et servez avec le poisson.

Thon grillé au pistou

Thon grillé au pistou

Préparation 20 mn • **Marinade** 1 h • **Cuisson** 12 mn

Pour 4 personnes

- *2 darnes de thon de 300 g chacune*
- *15 cl d'huile d'olive*
- *3 gousses d'ail*
- *1 bouquet de basilic*
- *1 branche de thym*
- *1 feuille de laurier*
- *100 g de parmesan râpé*
- *3 cuil. à soupe de jus de citron*
- *2 cuil. à soupe de pignons de pin*
- *sel, poivre*

1. Rincez le thon et essuyez-le. Pelez 1 gousse d'ail et passez-la au presse-ail. Mélangez cet ail avec le jus de citron, 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive, le thym et le laurier émiettés, du sel et du poivre. Badigeonnez le thon de ce mélange et laissez-le mariner 1 h au frais.

2. Épluchez le reste de l'ail et passez-le au presse-ail au-dessus du robot. Ajoutez le basilic, les pignons, le parmesan, le reste de l'huile, du sel et du poivre. Faites fonctionner l'appareil. Vérifiez l'assaisonnement.

3. Égouttez le poisson, posez-le sur le gril du barbecue et faites-le cuire de 10 à 12 mn selon son épaisseur, en le retournant à mi-cuisson. Servez avec la sauce à part.

MÉDIATHÈQUE
1, R... 3
69250 LA GOUTTE

Champignons grillés farcis

Préparation 15 mn • **Cuisson** 20 mn

Pour 4 personnes

- *8 grosses têtes de champignons de Paris*
- *8 petites tranches de bacon*
- *20 g de parmesan râpé*
- *2 gousses d'ail*
- *3 échalotes*
- *1 cuil. à soupe de persil plat haché*
- *2 cuil. à soupe de jus de citron*
- *2 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *3 cuil. à soupe de chapelure*
- *sel, poivre*

1. Nettoyez les têtes des champignons, salez-les et poivrez-les, passez l'extérieur dans le jus de citron, puis arrosez l'intérieur avec le reste du jus.

2. Hachez grossièrement le bacon. Pelez les échalotes et l'ail et hachez-les finement. Mettez le bacon, les échalotes, l'ail et le persil dans une petite poêle et faites-les revenir 5 mn avec 1 cuillerée à soupe d'huile. Salez et poivrez, ajoutez la chapelure et le parmesan, et mélangez bien.

3. Emplissez la cavité des champignons avec le mélange précédent. Posez-les à la périphérie du gril et laissez cuire pendant 15 mn. Arrosez les champignons avec un filet d'huile d'olive au moment de servir.

Bâtonnets de pommes de terre au bleu d'Auvergne

Préparation 15 mn • **Cuisson** 40 mn

Pour 4 personnes

- *6 pommes de terre moyennes*
- *100 g de bleu d'Auvergne*
- *50 g de beurre mou*
- *4 petites échalotes*
- *1 cuil. à café de pâte de piment*
- *sel*

1. Épluchez les pommes de terre et coupez-les en bâtonnets de 1 cm d'épaisseur environ, éventuellement à l'aide d'un coupe-frites. Pelez les échalotes et coupez-les en lamelles.

2. Malaxez le beurre avec le fromage et la pâte de piment pour obtenir un mélange homogène.

3. Répartissez les pommes de terre et les échalotes entre 4 carrés d'aluminium. Salez légèrement. Déposez au-dessus la préparation au fromage. Fermez hermétiquement les papillotes et faites-les cuire 40 mn sur les braises en les retournant à plusieurs reprises. Servez avec de la viande ou des poissons grillés nature.

Épis de maïs en papillotes

Épis de maïs en papillotes

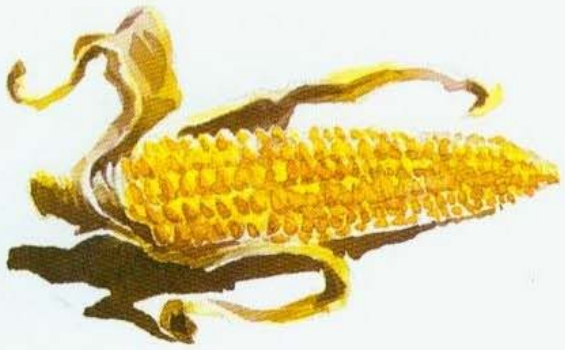
Préparation 10 mn • **Cuisson** 25 à 35 mn

Pour 4 personnes

- *8 épis de maïs*
- *80 g de beurre demi-sel mou*
- *poivre*

1. Retirez les feuilles et les filaments des épis de maïs. Coupez les extrémités.

2. Placez chaque épi sur un rectangle d'aluminium ménager, tartinez-les de beurre, poivrez, fermez hermétiquement les papillotes et faites-les cuire sur les braises de 25 à 35 mn, selon leur grosseur, en les retournant à plusieurs reprises.



Aubergines panées

Préparation 10 mn • **Dégorgement** 1 h • **Cuisson** 20 mn

Pour 4 personnes

- *2 aubergines*
- *2 œufs*
- *75 g de chapelure*
- *3 branches de thym*
- *1 cuil. à café de semoule d'ail*
- *4 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *sel, poivre*

Matériel pour cuisson

- *gril double*

1. Lavez les aubergines, essuyez-les, ôtez-en les extrémités et coupez-les en rondelles de 1 cm d'épaisseur. Poudrez-les de sel et laissez-les dégorger pendant 1 h.

2. Battez les œufs dans une assiette, salez et poivrez. Mettez la chapelure dans une autre assiette, ajoutez la semoule d'ail et le thym émietté.

3. Essuyez les aubergines, passez-les successivement dans l'œuf battu et dans la chapelure assaisonnée. Enfermez-les dans un grand gril double, posez celui-ci sur le gril du barbecue, à 12 cm des braises, et laissez cuire 20 mn en retournant le gril à plusieurs reprises et en badigeonnant les aubergines avec l'huile toutes les 5 minutes.

Aubergines grillées

Préparation 15 mn • **Dégorgement** 1 h • **Macération** 30 mn • **Cuisson** 20 mn

Pour 4 personnes

- *2 aubergines*
- *2 gousses d'ail*
- *2 branches de thym*
- *1 feuille de laurier*
- *3 cuil. à soupe de cerfeuil ou de basilic hachés*
- *40 g de parmesan râpé*
- *2 cuil. à soupe de jus de citron*
- *4 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *sel, poivre*

Matériel pour cuisson

- *gril double*

1. Lavez les aubergines, ôtez-en les extrémités, pelez-les et coupez-les en rondelles de 1 cm. Poudrez-les de sel et laissez-les dégorger 1 h.

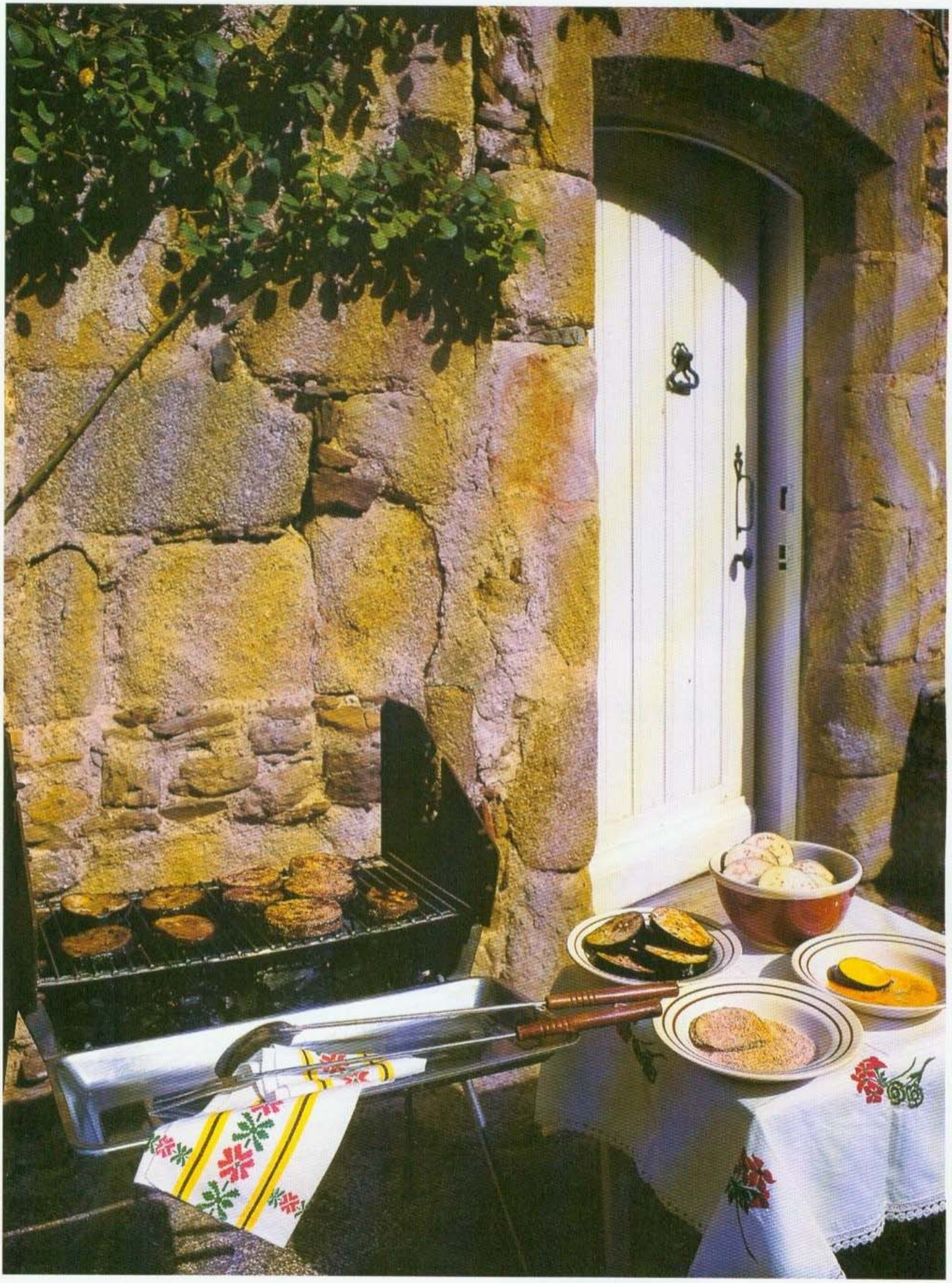
2. Essuyez les aubergines. Passez l'ail presse-ail. Mélangez l'ail, le thym et le laurier émiettés, l'huile et du poivre. Retournez les aubergines dans ce mélange pour bien les enrober et laissez-les mariner 30 mn.

3. Enfermez les aubergines dans un gril double et faites-les cuire 20 mn sur le gril, à 12 cm des braises, en les retournant à mi-cuisson.

4. Mettez les aubergines cuites sur un plat, arrosez-les de jus de citron, poudrez-les de parmesan et parsemez-les de cerfeuil ou de basilic hachés.

• Conseil

Si vous ne disposez pas d'un gril double, posez les aubergines directement sur le gril du barbecue, en prenant garde de ne pas faire tomber les rondelles dans le feu ; vous pouvez limiter les risques en posant les aubergines sur une autre grille, elle-même directement posée sur le gril.



Aubergines panées et grillées

Brochettes provençales

Préparation 20 mn • **Cuisson** 10 mn

Pour 4 personnes

- *4 courgettes fines*
- *2 à 3 oignons rouges*
- *8 petites tomates*
- *1 poivron rouge*
- *1 poivron vert*
- *3 branches de thym*
- *2 feuilles de laurier*
- *3 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *2 cuil. à soupe de jus de citron*
- *sel, poivre*

Matériel pour cuisson

- *brochettes en bois*

1. Lavez les courgettes, ôtez-en les extrémités et coupez-les en rondelles de 1 cm d'épaisseur. Pelez les oignons, coupez-les en quatre et détachez les feuilles trois par trois. Rincez les tomates. Rincez aussi les poivrons et coupez la pulpe en carrés.

2. Enfilez ces ingrédients sur des brochettes en bois, de 12 à 15 cm de long, en les faisant alterner.

3. Émiettez le thym et le laurier dans une assiette, ajoutez l'huile, salez et poivrez. Roulez les brochettes dans ce mélange, puis posez chacune d'elles sur un rectangle d'aluminium ménager. Arrosez-les avec le reste de l'huile aux aromates, fermez hermétiquement les papillotes et faites-les cuire 10 mn sur le gril, à 10 cm des braises, en les retournant à mi-cuisson.

4. Entrouvrez les papillotes et arrosez-les de jus de citron avant de servir.

Poivrons grillés

Préparation 10 mn • **Cuisson** 20 mn

Pour 4 à 6 personnes

- *3 poivrons rouges*
- *3 poivrons jaunes*
- *4 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *1 cuil. à dessert de sucre*
- *2 cuil. à soupe de vinaigre de xérès*
- *sel*

1. Lavez les poivrons, essuyez-les dans du papier absorbant. Posez-les sur le gril du barbecue, à 12 cm des braises, et faites-les cuire pendant 20 mn en les tournant d'un tiers de tour toutes les 7 mn.

2. Laissez tiédir les poivrons. Pelez-les, retirez-en le pédoncule et les graines. Coupez-les en lanières. Mettez-les dans un plat. Salez-les, poudrez-les du sucre, arrosez-les du vinaigre et de l'huile.

• Conseil

Vous pouvez également ajouter un peu d'ail haché et parsemer de thym frais.

Brochettes provençales

Tomates à la crème

Pour 4 personnes

- *4 belles tomates bien fermes*
- *10 cl de crème fraîche*
- *4 cuil. à café de fromage de chèvre non affiné*
- *1 jaune d'œuf*
- *1 petit bouquet de basilic*
- *1 gousse d'ail*
- *sel, poivre*

Préparation 5 mn • **Cuisson** 10 mn

1. Lavez les tomates, essuyez-les, ôtez-en le pédoncule et agrandissez un peu l'orifice.

2. Hachez 20 feuilles de basilic. Pelez l'ail et hachez-le finement. Mélangez le fromage, le basilic, l'ail et du poivre. Introduisez ce mélange dans les tomates, posez-les sur le gril, à 10 cm des braises, et laissez-les cuire environ 10 mn. Retirez-les avant qu'elles ne s'affaissent.

3. Pendant ce temps, faites chauffer la crème à la périphérie du gril. Salez et poivrez, incorporez le jaune d'œuf et laissez épaissir doucement, sans laisser bouillir.

4. Garnissez chaque tomate d'une feuille de basilic, posez-les sur les assiettes, nappez-les de sauce et servez.

Compote d'oranges à la cannelle

Pour 4 personnes

- *6 oranges*
- *2 cuil. à soupe de raisins secs*
- *1 cuil. à soupe d'amandes effilées*
- *4 cuil. à soupe de Cointreau*
- *4 cuil. à soupe de cassonade*
- *4 pincées de cannelle*

Préparation 15 mn • **Cuisson** 20 mn

1. Pelez les oranges à vif, détachez les quartiers et coupez la chair en dés en ôtant toutes les membranes et les pépins.

2. Répartissez les oranges entre 4 carrés d'aluminium ménager, ajoutez 1 cuillerée à soupe de cassonade et 1 pincée de cannelle sur chacun. Répartissez les raisins secs et les amandes. Fermez hermétiquement les papillotes et posez-les sur la braise peu ardente. Laissez cuire 20 mn.

3. Faites tiédir le Cointreau près du feu.

4. Au moment de servir, ouvrez les papillotes, versez 1 cuillerée à soupe de Cointreau sur chacune et flambez.

Poires au gingembre

Pour 4 personnes

- *4 poires, williams de préférence*
- *1 orange non traitée*
- *70 g de gingembre confit*
- *8 carrés de chocolat à la menthe*
- *2 cuil. à soupe de jus de citron*
- *20 g de beurre*

Préparation 10 mn • **Cuisson** 5 mn

1. Pelez les poires, coupez-les en deux, retirez le cœur et aspergez-les de jus de citron. Hachez le gingembre. Brossez l'orange sous l'eau courante, râpez son zeste, puis pressez le fruit.

2. Beurrez 4 carrés d'aluminium ménager, posez 2 demi-poires sur chacun d'eux, arrosez-les avec le jus de l'orange, répartissez dessus le zeste râpé, le gingembre et surmontez d'un carré de chocolat. Fermez hermétiquement chaque papillote et posez-les au centre des braises grises. Laissez cuire 5 mn. Servez dans les papillotes, éventuellement avec de la glace.

Agrumes en papillotes

Agrumes en papillotes

PRÉPARATION 15 MN • **CUISSON** 10 MN

POUR 4 PERSONNES

- *3 pamplemousses roses*
- *2 oranges*
- *1 citron vert non traité*
- *40 g de beurre*
- *8 cuil. à soupe de muscat de Frontignan*
- *4 cuil. à soupe de cassonade*
- *4 pincées de noix muscade*
- *4 pincées de cannelle*

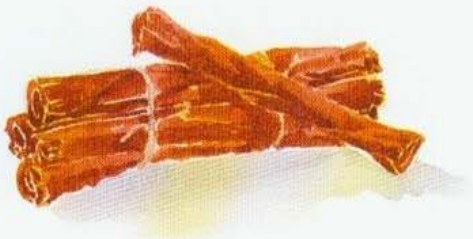
MATÉRIEL POUR CUISSON

- *bâtonnets en bois d'environ 12 cm*

1. Pelez les pamplemousses et les oranges à vif avec un couteau très tranchant. Coupez la pulpe en dés de 3 cm en retirant bien toutes les membranes blanches et les pépins. Brossez le citron sous l'eau courante et coupez-le en 8 quartiers.

2. Enfilez les fruits sur des bâtonnets en bois et posez-les sur des rectangles d'aluminium ménager. Répartissez sur chaque brochette le beurre en noisettes, poudrez-les de cassonade, de cannelle et de noix muscade, et arrosez-les avec le muscat.

3. Fermez hermétiquement les papillotes et posez-les sur les braises grises. Laissez-les cuire 10 mn et portez-les à table sans attendre.



Piques chinoises

Préparation 10 mn • **Cuisson** 3 mn

Pour 4 personnes

- *12 petites figues*
- *2 bananes*
- *2 rondelles d'ananas, frais si possible*
- *40 g d'angélique confite*
- *40 g de gingembre confit*
- *40 g de cerises confites*
- *150 g de sucre semoule*
- *2 sachets de sucre vanillé*
- *2 cuil. à soupe de jus de citron*

Matériel pour cuisson

- *bâtonnets en bois d'environ 20 cm*

1. Lavez les figues et essuyez-les. Pelez les bananes, coupez chacune d'elles en 8 morceaux et arrosez-les de jus de citron. Coupez également chaque tranche d'ananas en 8 morceaux égaux. Coupez les cerises confites en deux et coupez l'angélique et le gingembre en carrés.

2. Mélangez le sucre semoule et le sucre vanillé dans une assiette.

3. Garnissez de longues brochettes avec les fruits, en les faisant alterner et en plaçant de préférence le gingembre de chaque côté des bananes. Les fruits doivent être placés à l'extrémité des brochettes pour bien dégager le manche et éviter ainsi qu'on ne se brûle.

4. Chacun prend sa brochette, la roule dans le sucre et la tient 3 mn au-dessus des braises, en la faisant tourner.

• Conseil

Selon la saison, vous pouvez remplacer les figues par des fraises.

Poires à la bourguignonne

Préparation 10 mn • **Cuisson** 20 mn

Pour 4 personnes

- *4 poires*
- *4 cuil. à soupe de grains de cassis*
- *3 cuil. à soupe de jus de citron*
- *4 boules de sorbet à la poire*
- *6 cuil. à soupe de crème de cassis*
- *4 sachets de sucre vanillé*

1. Pelez les poires, coupez-les en deux, creusez légèrement le cœur en retirant les pépins et passez-les dans le jus de citron.

2. Préparez 4 carrés d'aluminium ménager. Posez 2 demi-poires sur chacun d'eux, déposez les grains de cassis au centre, poudrez de sucre vanillé et refermez les poires. Fermez hermétiquement les papillotes. Posez-les sur des braises peu ardentes et faites-les cuire 20 mn.

3. Déposez les papillotes sur des assiettes, ouvrez-les, posez 1 boule de sorbet sur chacune, arrosez de crème de cassis et dégustez sans attendre.

• Conseil

Il est préférable d'utiliser du sucre parfumé avec un arôme naturel plutôt qu'avec un arôme artificiel.

Piques chinoises

Ananas flambé

Préparation 15 mn • **Cuisson** 15 mn

Pour 6 personnes

- *1 ananas frais*
- *12 kumquats*
- *1 barquette de fraises mara des bois (500 g)*
- *1 barquette de framboises*
- *1 cuil. à soupe de miel*
- *3 cuil. à soupe de Grand Marnier*
- *10 cl de kirsch*
- *2 cuil. à soupe de sucre*

Matériel pour cuisson

- *bâtonnets en bois*

1. Ôtez largement les deux extrémités de l'ananas, coupez-le en deux du haut en bas et recoupez chaque moitié en trois morceaux longs. Détachez la chair de l'écorce, retirez la partie centrale ligneuse, ôtez soigneusement tous les petits «yeux» noirs, coupez la chair en tranches de 1 cm, dans la largeur, et enfilez ces morceaux sur 6 brochettes en bois.

2. Lavez les kumquats et piquez-en un à chaque extrémité des brochettes pour éviter que les pointes ne percent les papillotes.

3. Mélangez le miel et le Grand Marnier. Passez les brochettes dans ce mélange, puis posez chaque brochette sur un rectangle d'aluminium ménager et arrosez-les avec le reste du mélange. Fermez hermétiquement les papillotes.

4. Posez les papillotes au centre des braises grises et laissez cuire 15 mn.

5. Lavez les fraises et équeutez-les. Mélangez-les avec les framboises et poudrez-les de sucre. Faites chauffer le kirsch sur un coin du gril.

6. Ouvrez les papillotes, versez 1 cuillerée à soupe de kirsch dans chacune, flambez, répartissez les fraises et les framboises entre les papillotes et servez sans attendre.

Pommes en papillotes

Préparation 15 mn • **Cuisson** 20 mn

Pour 4 personnes

- *4 pommes cox-orange*
- *4 tranches de pain d'épice*
- *4 cuil. à café de caramel liquide*
- *30 g de beurre*
- *4 cuil. à café de crème fraîche*
- *4 cuil. à café de calvados*
- *cannelle en poudre*

1. Beurrez largement 4 grands carrés d'aluminium ménager et posez sur chaque carré 1 tranche de pain d'épice.

2. Retirez le cœur des pommes avec un vide-pomme. Pelez les pommes et coupez-les en rondelles dans le sens de la hauteur sans aller jusqu'en bas pour qu'elles se tiennent encore.

3. Posez 1 pomme sur chaque tranche de pain d'épice, poudrez de cannelle selon votre goût, arrosez de caramel, de calvados et de crème.

4. Fermez les papillotes hermétiquement. Posez-les sur le gril, à 12 cm des braises, et laissez cuire 20 mn. Servez dans les papillotes.

Bananes au citron vert

Bananes au citron vert

Préparation 5 mn • **Cuisson** 10 mn

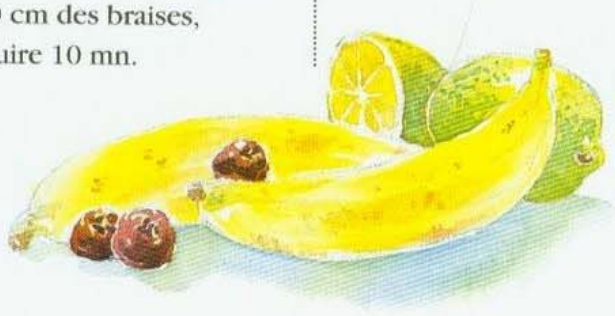
Pour 4 personnes

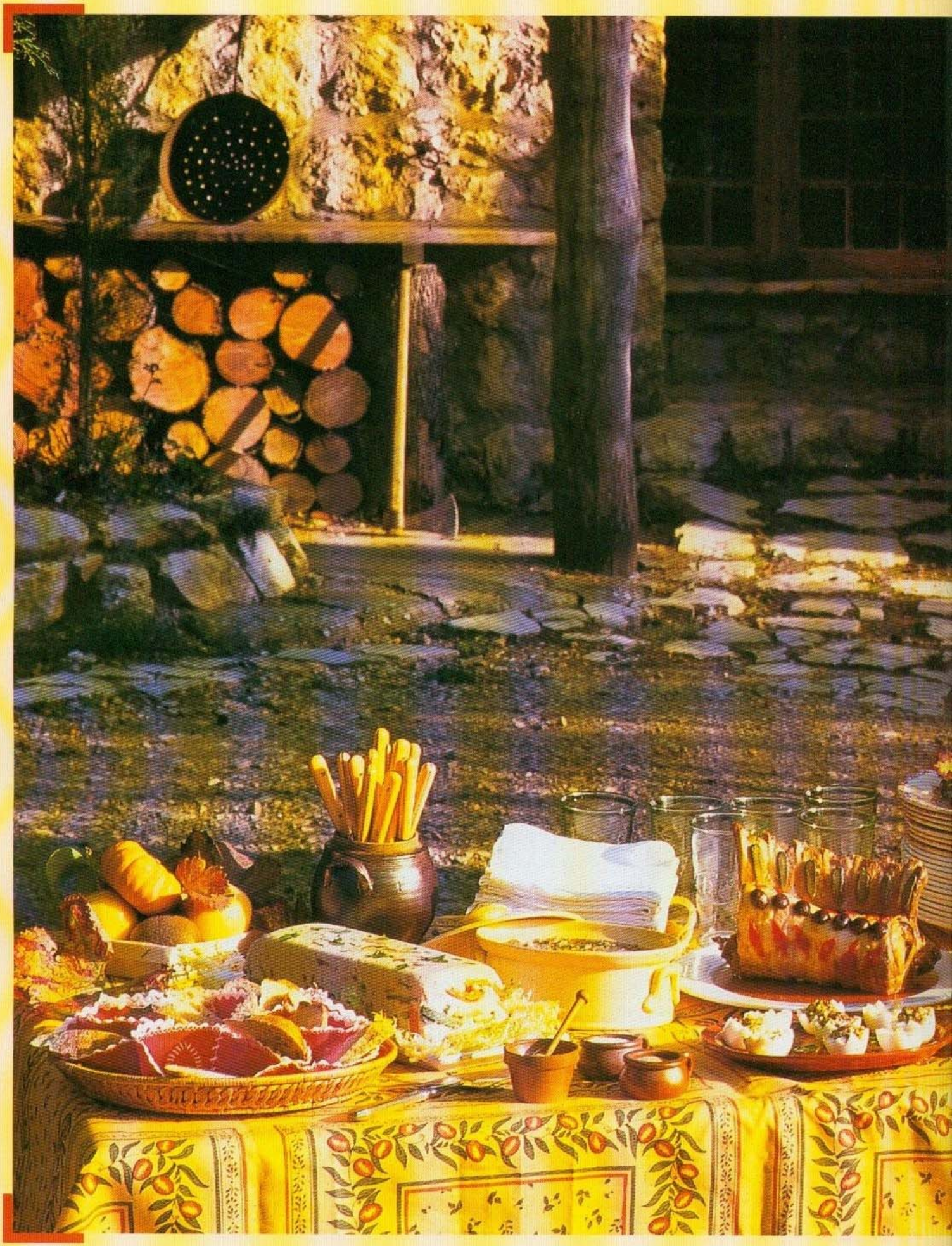
- *4 bananes*
- *2 citrons verts*
- *8 cerises confites*
- *4 cuil. à soupe de rhum*
- *4 cuil. à soupe de sucre*

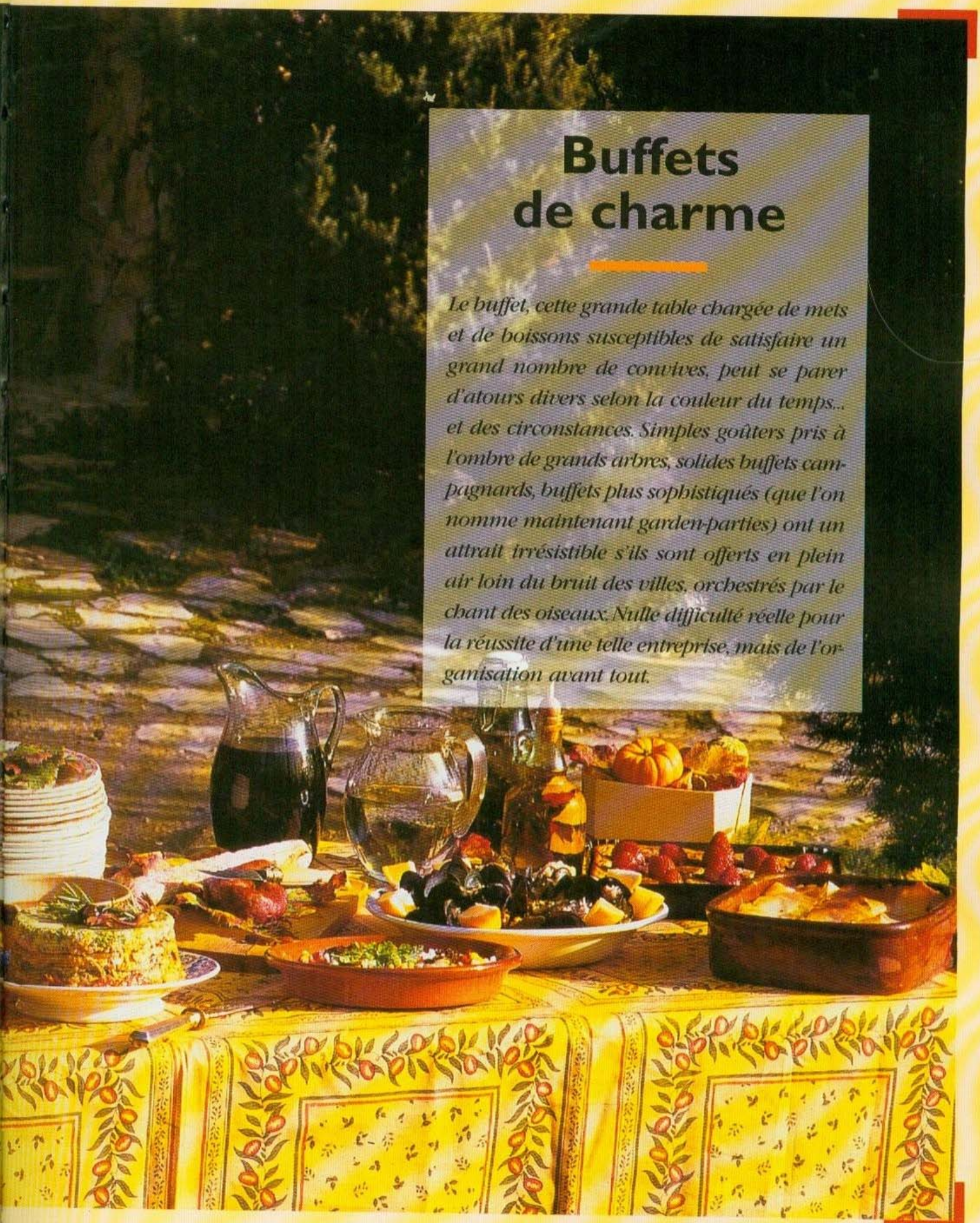
1. Incisez la peau des bananes tout autour du fruit, sans entamer la pulpe. Retirez la partie supérieure en la roulant et maintenez-la avec un pique-olive en bois. Pressez 1 citron vert.

2. Entaillez régulièrement la chair des bananes et arrosez-la de jus de citron. Posez les fruits, côté peau, sur le gril, à 10 cm des braises, et laissez-les cuire 10 mn.

3. Coupez le second citron en rondelles. Piquez 1 cerise et une demi-rondelle de citron sur 8 pique-olives. Poudrez les bananes de sucre, arrosez-les de rhum, flambez sans attendre puis plantez 2 pique-olives garnis dans chaque banane.

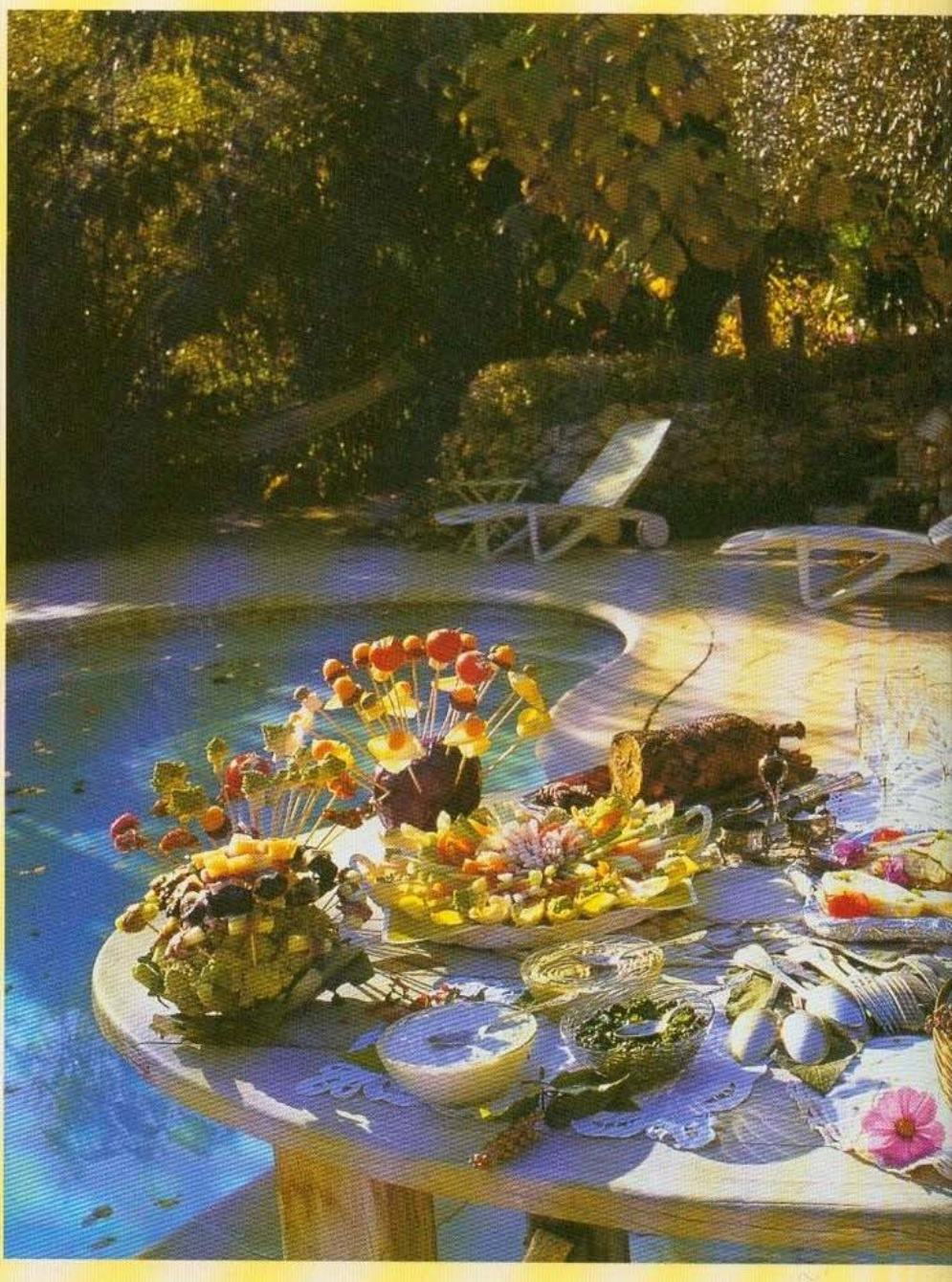






Buffets de charme

Le buffet, cette grande table chargée de mets et de boissons susceptibles de satisfaire un grand nombre de convives, peut se parer d'atours divers selon la couleur du temps... et des circonstances. Simples goûters pris à l'ombre de grands arbres, solides buffets campagnards, buffets plus sophistiqués (que l'on nomme maintenant garden-parties) ont un attrait irrésistible s'ils sont offerts en plein air loin du bruit des villes, orchestrés par le chant des oiseaux. Nulle difficulté réelle pour la réussite d'une telle entreprise, mais de l'organisation avant tout.



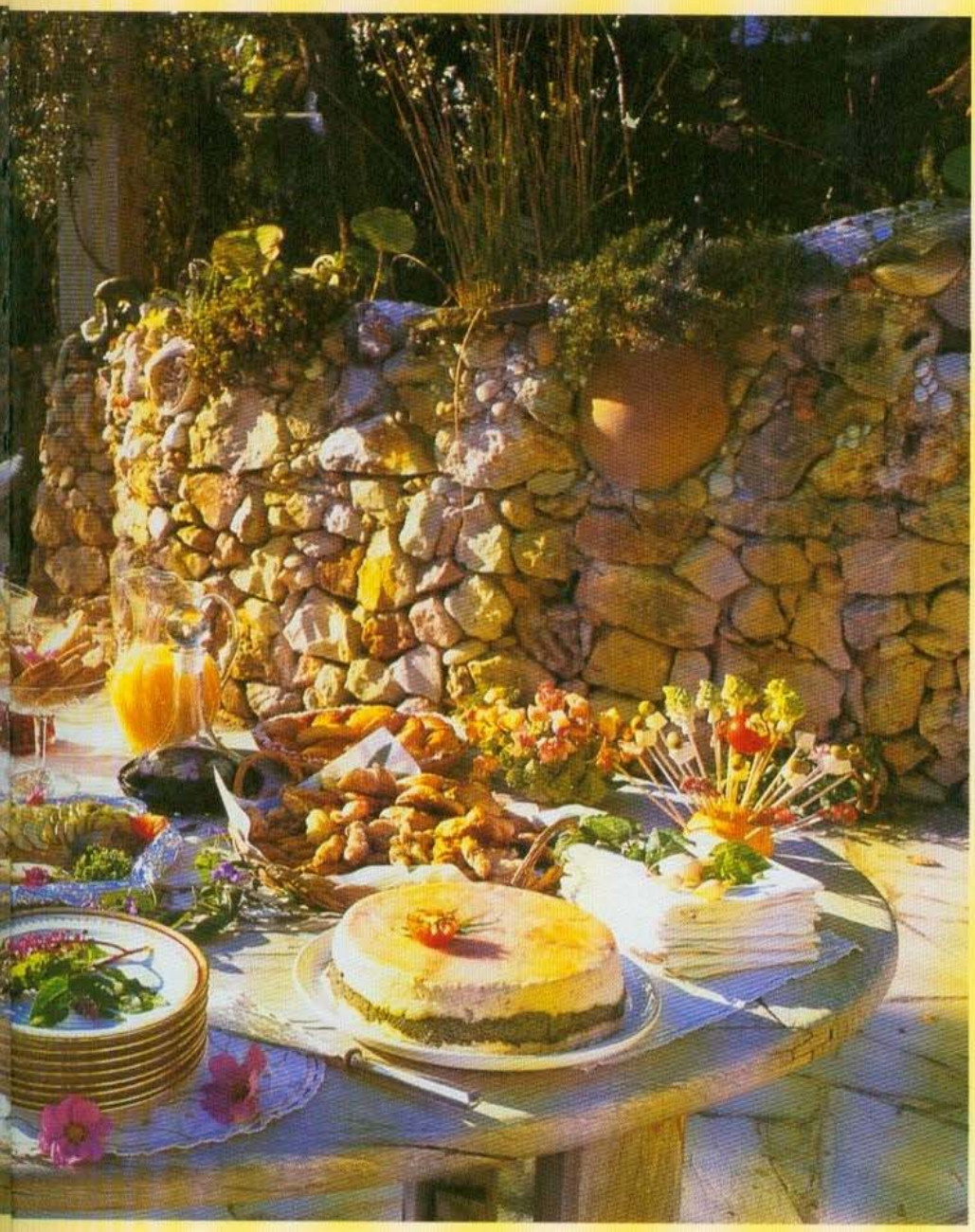
Les buffets ont toujours représenté la solution idéale pour réunir un nombre inhabituel de convives, cette entreprise étant grandement facilitée si elle se déroule en plein air. Le premier convié est alors le temps et, si l'on ne peut le commander, mieux vaut choisir tout de même une période de l'année à laquelle la température se fait plus douce et où la nature s'est parée de tous ses atours — ce qui simplifiera d'autant la décoration de l'environnement.
Une fois vos invitations lancées, pensez à vérifier le mobilier et le matériel dont vous aurez besoin.

Le mobilier

• La table-desserte, sans laquelle point de buffet il n'y aurait ! Des tréteaux supportant une grande planche (assez épaisse et lourde pour supporter le poids des objets sans fléchir) feront l'affaire, pourvu qu'ils soient bien stables, posés en terrain parfaitement plan, soit sous des arbres aux feuillages suffisamment hauts (attention aux chutes de feuilles ou de graines selon les saisons), soit à l'abri de grands parasols. Si vous disposez de petites tables de jardin, même en nombre insuffisant, elles seront les bienvenues, de même que chaises, fauteuils et bancs — toujours de jardin. Ne sortez pas vos chaises Louis-Philippe ou autres, qui risqueraient d'être endommagées et ne seraient pas à leur place dans un décor naturel.

Le matériel

• La nappe destinée à habiller la table-desserte peut très bien être taillée dans un rouleau de papier blanc ou de couleur — ce qui vous épargnera lavage et repassage —, coupée dans un tissu léger, rapidement ourlé ou effrangé, ou encore être tout simplement une véritable nappe si vous en possédez une dont les dimensions



conviennent et qui ne soit pas trop fragile. Dans ce dernier cas, vérifiez à l'avance qu'elle soit en parfait état. La nappe doit bien sûr cacher entièrement le plateau et son piètement. Même si le plateau de table ne craint rien, une sous-nappe ou un molleton sont toujours les bienvenus pour amortir les chocs.

• Les serviettes : le papier s'impose. Assortissez-les à la nappe si celle-ci est de couleur ou aux assiettes. Soyez généreux, le confort de vos invités en dépend ! Déposez ces serviettes en piles à chaque extrémité du buffet, en les maintenant avec un objet un peu lourd (beau galet, presse-papiers amusant, etc.) en prévision des coups de vent ou utilisez des dis-tributeurs à condition qu'ils soient suffisamment élégants ou passe-partout.

• Les plats : si vous n'en avez pas assez pour disposer tous les éléments du menu, trichez avec des plateaux que vous garnirez de napperons en papier, des corbeilles et des paniers en osier (pour les crudités, les fruits, le pain, etc.) qui seront d'ailleurs autant d'éléments de décor.

• Les assiettes : prévoyez un minimum de 2 assiettes par personne. Évitez de sortir vos précieuses porcelaines, mais préférez cependant des assiettes plutôt rigides qui offrent une certaine sécurité aux uns et aux autres, surtout si vous n'avez pas prévu de petites tables.

• Les verres : vous savez pertinemment que la plupart seront posés à terre, à un moment ou à un autre, donc ne tentez pas le diable et optez sagement pour des verres à pied peu onéreux ou carrément pour des verres gobelets à l'équilibre moins précaire. Il faut en prévoir non seulement un par personne (dans le cas d'une boisson unique — deux si vous servez un cocktail ou autre), mais ajouter une petite réserve, même si vous décidez de l'emploi de marque-verres lors d'une réception intime.

• Pour les boissons : carafes, brocs, grands saladiers ou coupes sont nécessaires pour servir cocktails et jus de fruits. N'oubliez pas la louche pour servir le punch ou

la sangria, ni les cuillères à cocktail pour pouvoir cueillir les fruits au fond des verres. Inutile, en revanche, de verser le vin dans des carafes car il peut très bien être servi dans sa bouteille d'origine ou dans son tonneau. En ce qui concerne les Cubitainers, habillez-les de feuillage ou transvasez-les dans des pots. Les bouteilles d'eau en plastique n'ont rien d'esthétique, faites l'effort de les transvaser dans des cruches ou des carafes.

• Les couverts : s'ils sont indispensables, et ce en quantité impressionnante, ils ne sont pas obligatoirement assortis et vous pouvez mêler sans remords couverts de table et couverts à entremets. Si vous disposez de styles différents, répartissez-les à plusieurs endroits. Les couteaux, nécessaires seulement si vous prévoyez de servir une viande « entière » (rôti de porc ou cochon de lait, par exemple) ou un plateau de fromages, seront plus aisés à manier et à maintenir en équilibre sur l'assiette s'ils sont petits (couteaux à fromage ou à dessert).

• Les cendriers : même si vous êtes en plein air, n'oubliez pas de disposer des cendriers à divers endroits.

Sachez que vous pouvez toujours louer le matériel nécessaire à des entreprises spécialisées.

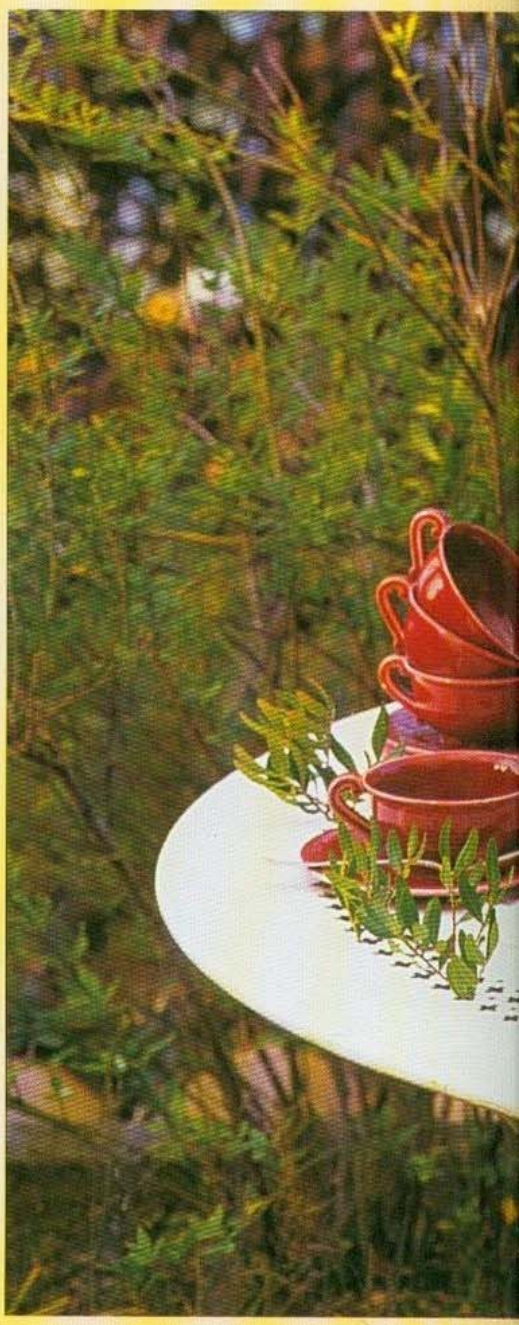
Les quantités à prévoir

• Les boissons :

* 1 bouteille de champagne ou de mousseux fournit environ 8 flûtes : à vous de déterminer à peu près le nombre de flûtes par personne, en fonction du reste des boissons ;
* 1 litre de jus de fruits convient pour 4, soit un grand verre de 25 cl par personne ;
* 4 bouteilles de vin rouge pour 8 personnes ;
* 1/2 litre d'eau plate par personne ;

Un gros point noir : les glaçons. Il faut en prévoir une confortable réserve, surtout si le temps s'annonce chaud. Commencez leur préparation 2 jours à l'avance, videz les bacs dans le congélateur, remplissez-les d'eau et remettez à congeler, jusqu'à ce que vous ayez au moins une douzaine de glaçons par personne. Ne les sortez, bien sûr, qu'au fur et à mesure.

• Les mets : les quantités sont particulièrement difficiles à déterminer, d'autant qu'il faut voir grand : le grand air, l'ambiance de fête... et la gourmandise stimulent l'appétit, mais la chaleur parfois le ralentit. Il faut tenir compte également de la durée moyenne de votre réception : plus elle dure, plus vous devez avoir un éventail large et fourni.



Une bonne moyenne peut s'établir de la façon suivante :

* 15 bouchées, canapés, amuse-gueule, parts de tarte salée, etc., par personne ;
* 2 portions d'un plat principal : chaud-froid, poisson, terrine, etc. ;
* 1 portion de salade composée ;
* 2 ou 3 mini-portions de fromage ;
* 1 portion de gâteau ;
* 2 portions de salade de fruits ;
* 1 petit pain individuel ou l'équivalent.

Les goûters en plein air

Tous les conseils donnés précédemment sont valables pour la formule des goûters, en insistant particulièrement sur les tables et les chaises pour que chacun puisse savourer commodément gâteaux et boissons, à plus forte raison s'il y a peu de monde. Prévoyez 3 portions de gâteaux différents par personne, et n'oubliez pas de placer sur la table une grande salade de fruits ou une superbe corbeille de fruits frais. Si vous connaissez bien vos invités, rien ne vous empêche de prévoir également quelques friandises. Quant aux boissons, 1/2 litre de boisson aux fruits, 10 cl de café ou 40 cl de thé et 1/2 litre d'eau plate sont de bonnes bases. Si vos invités sont adultes, peut-être préféreront-ils boire un champagne demi-sec ou un mousseux à la place d'une boisson aux fruits ; dans ce cas, comptez 1 bouteille pour 4 personnes ou encore un vin blanc moelleux à servir à 8 °C. Attention aux insectes attirés inévitablement par l'odeur du sucre : protégez vos merveilles en posant sur les plats des « cloches » en tulle ou en grillage peint que l'on peut trouver aisément dans les grands magasins et certaines quincailleries. ❑

Sangria

Préparation & Cuisson 20 mn • **Macération** 10 h

Pour 20 verres environ

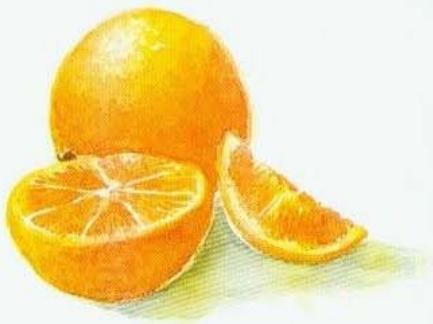
- *500 g d'abricots*
- *250 g de fraises*
- *5 pêches*
- *5 oranges*
- *3 citrons*
- *200 g de sucre*
- *3 litres de bon vin rouge*
- *10 cl de cognac*
- *10 cl de Grand Marnier*

1. Faites bouillir 25 cl d'eau avec le sucre jusqu'à ce que le sucre soit fondu. Laissez refroidir.

2. Brossez les citrons et les oranges sous l'eau froide. Cannelez-les avec la pointe d'un couteau économe et coupez-les en rondelles. Ébouillantez les pêches et pelez-les. Coupez-les en quatre. Lavez les abricots, coupez-les en quatre.

3. Mettez les citrons, les oranges, les pêches et les abricots dans un grand récipient. Arrosez avec le sirop froid, le cognac, le Grand Marnier et le vin rouge. Laissez macérer 10 h au frais mais pas au froid.

4. Quelques minutes avant de servir, lavez les fraises, équeutez-les, coupez-les en lamelles et ajoutez-les à la sangria. Servez très frais avec des glaçons.



Thé glacé à l'orange et à la pêche

Préparation 15 mn • **Cuisson** 5 mn • **Macération** 2 h

Pour 10 verres environ

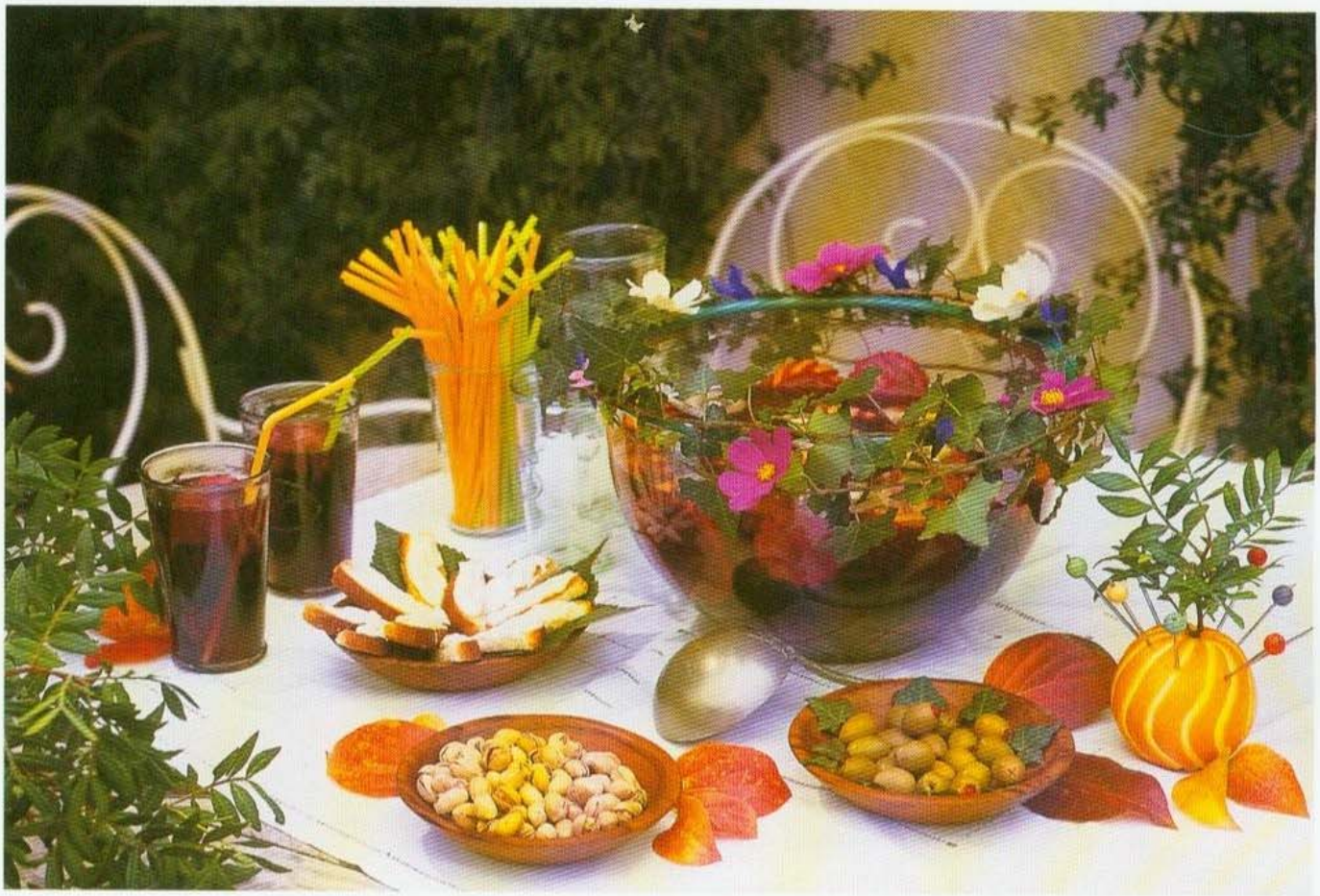
- *3 grosses cuil. à soupe de thé parfumé à l'orange*
- *1/2 boîte de pêches au sirop*
- *2 citrons*
- *2 oranges*
- *100 g de sucre*
- *quelques feuilles de menthe poivrée*

1. Brossez 1 orange et 1 citron sous l'eau froide, essuyez-les et râpez leur zeste au-dessus d'un saladier. Pressez le citron, ajoutez son jus aux zestes.

2. Versez le sirop des pêches dans le saladier. Coupez ces fruits en dés. Ajoutez-les également.

3. Pelez les oranges et le second citron à vif, détachez les quartiers et coupez la chair en dés, sans laisser de peaux blanches. Mettez ces fruits dans le récipient, poudrez de sucre et laissez macérer 1 h au frais.

4. Faites bouillir 1 litre d'eau et versez-la sur le thé. Laissez infuser 5 mn, puis filtrez le thé au-dessus des fruits. Laissez refroidir. Remettez le saladier au frais et laissez encore au moins 1 h. Pour servir, ajoutez les feuilles de menthe et, éventuellement, des glaçons.



Sangria

Punch

Préparation 20 mn • **Réfrigération** 3 h

Pour 2 litres environ

- *6 à 8 oranges*
- *1 gros ananas*
- *1 citron*
- *75 cl de rhum blanc*
- *20 cl de sirop de sucre de canne*
- *1 cuil. à café de cannelle*

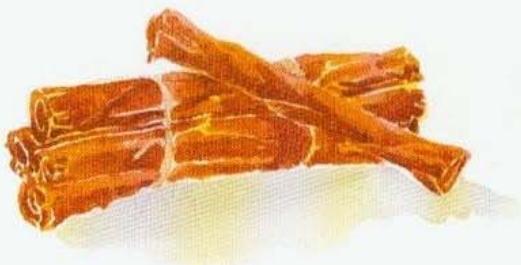
1. Pressez les oranges et mesurez 50 cl de jus. Pressez le citron. Passez ces jus dans une passoire fine ou dans une passoire tapissée d'une gaze.

2. Épluchez l'ananas, coupez-le en quatre, retirez le centre dur, détaillez la chair en morceaux et passez-la à la centrifugeuse pour obtenir 50 cl de jus. Filtrez ce jus s'il le faut.

3. Mélangez le jus des trois fruits, la cannelle, le sirop de sucre de canne et le rhum. Laissez refroidir au moins 3 h dans le réfrigérateur.

• Conseil

Pour servir ces boissons, utilisez de grandes coupes en verre et de jolies louches. Prévoyez des cuillères à cocktail à long manche pour que chacun puisse déguster les fruits sans trop y mettre les doigts.



Sour mousseux

Pour 10 verres

- *4 à 5 citrons*
- *2 oranges*
- *1 bouteille de vin mousseux*
- *10 morceaux de sucre*

Préparation 10 mn

1. Pressez les citrons, filtrez leur jus et mettez-le dans un joli carafon.

2. Brossez les oranges sous l'eau froide, essuyez-les et coupez-les en rondelles régulières. Recoupez ces rondelles en deux. Disposez-les dans une coupelle.

3. Pour servir, mettez 1 morceau de sucre dans une flûte à champagne, ajoutez 1 bonne cuillerée à soupe de jus de citron et remplissez avec le vin mousseux bien frais. Décorez avec un morceau d'orange.

• Conseil

« Sour » est un terme anglais qui désigne une boisson acidulée. Vous pouvez ainsi préparer :
• du whiskey sour en mélangeant dans un verre 3 cuillerées à soupe de scotch whisky ou de bourbon avec 1 cuillerée à soupe de jus de citron vert et, éventuellement, 1 cuillerée à café de sirop de sucre. Servez avec des glaçons.
• du sour à l'italienne en mélangeant dans un verre 3 cuillerées à soupe d'Amaretto (liqueur italienne à l'amande), 1 cuillerée à soupe de jus de citron et 3 ou 4 glaçons selon leur taille.
Pour givrer les verres, trempez le haut du verre dans du jus de citron et passez-le ensuite dans du sucre.

Piña colada

Pour 16 verres

- *1 litre de rhum brun*
- *1 litre de jus d'ananas frais*
- *30 cl de crème de noix de coco*

Préparation 3 mn

1. Mettez l'équivalent de 3 glaçons pilés dans un verre haut.

2. Mélangez pendant 30 secondes dans un shaker 4 cuillerées à soupe de rhum, 4 cuillerées à soupe de jus d'ananas, 1 bonne cuillerée à soupe de crème de noix de coco et 3 glaçons. Versez sur la glace pilée et servez avec une paille.

• Conseil

Au moment de servir, décorez les verres d'une cerise à cocktail et d'un morceau d'ananas frais.

Sour mousseux et piña colada

Framboise pétillante

Préparation 15 mn • **Macération** 1 h

Pour 6 à 7 verres

- *500 g de framboises*
- *2 citrons*
- *1 litre d'eau gazeuse glacée*
- *150 g de sucre*

1. Passez les deux tiers des framboises au mixeur et filtrez le jus obtenu à travers un tamis. Versez ce jus dans une carafe. Pressez les citrons et ajoutez leur jus dans la carafe ainsi que le sucre. Mélangez jusqu'à ce que le sucre soit fondu.

2. Ajoutez le reste des framboises dans le récipient et laissez macérer 1 h au frais.

3. Pour servir, ajoutez l'eau gazeuse. Vous pouvez en mettre un peu plus ou un peu moins selon votre goût et selon le parfum des framboises.

Hérissons

PRÉPARATION 1 H

POUR 15 PERSONNES ENV.

Pour les socles

- *1 chou rouge*
- *2 pamplemousses*
- *1 chou romanesco*

Pour les garnitures

- *1 barquette de tomates cerises*
- *2 boules de mozzarella*
- *3 branches de basilic*
- *poivre*
- *1 petit chorizo*
- *200 g de mimolette*
- *1 sachet de filets de canard fumé pré-tranchés*
- *200 g de pruneaux dénoyautés*
- *20 rondelles de saucisson sec très fines*
- *20 petits cornichons*
- *1 petit concombre*
- *2 boîtes de filets d'anchois*
- *1 petit bocal d'olives farcies au piment*
- *1 boîte d'Apéricubes ou 1 bocal de dés de feta marinée*
- *1 petite botte de radis*
- *1 petite boîte d'ananas en morceaux*

1. Retaillez la base du chou rouge pour qu'il soit bien stable. Lavez les pamplemousses et essuyez-les.

2. Lavez les tomates cerises, retirez le pédoncule et retirez une petite calotte au sommet. Évidez-les légèrement. Coupez la mozzarella en petits dés. Poivrez-les, roulez-les dans le basilic haché et enfoncez 1 dé dans chaque tomate. Embrochez-les à l'extrémité de pique-olives en bois.

3. Coupez le chorizo en rondelles de 1 cm et retirez la peau. Coupez la mimolette en rondelles de la même dimension. Embrochez 1 rondelle de chorizo et 1 rondelle de mimolette sur des pique-olives.

4. Enroulez chaque tranche de filet autour d'un pruneau. Embrochez-les.

5. Enroulez chaque rondelle de saucisson autour d'un cornichon. Embrochez-les.

6. Égouttez les filets d'anchois et essuyez-les avec du papier absorbant. Pelez le concombre, coupez-le en deux dans la longueur, retirez les graines du centre et recoupez la chair en petits bâtonnets de 2 à 3 cm un peu épais. Entourez chacun d'eux d'un filet d'anchois. Embrochez-les.

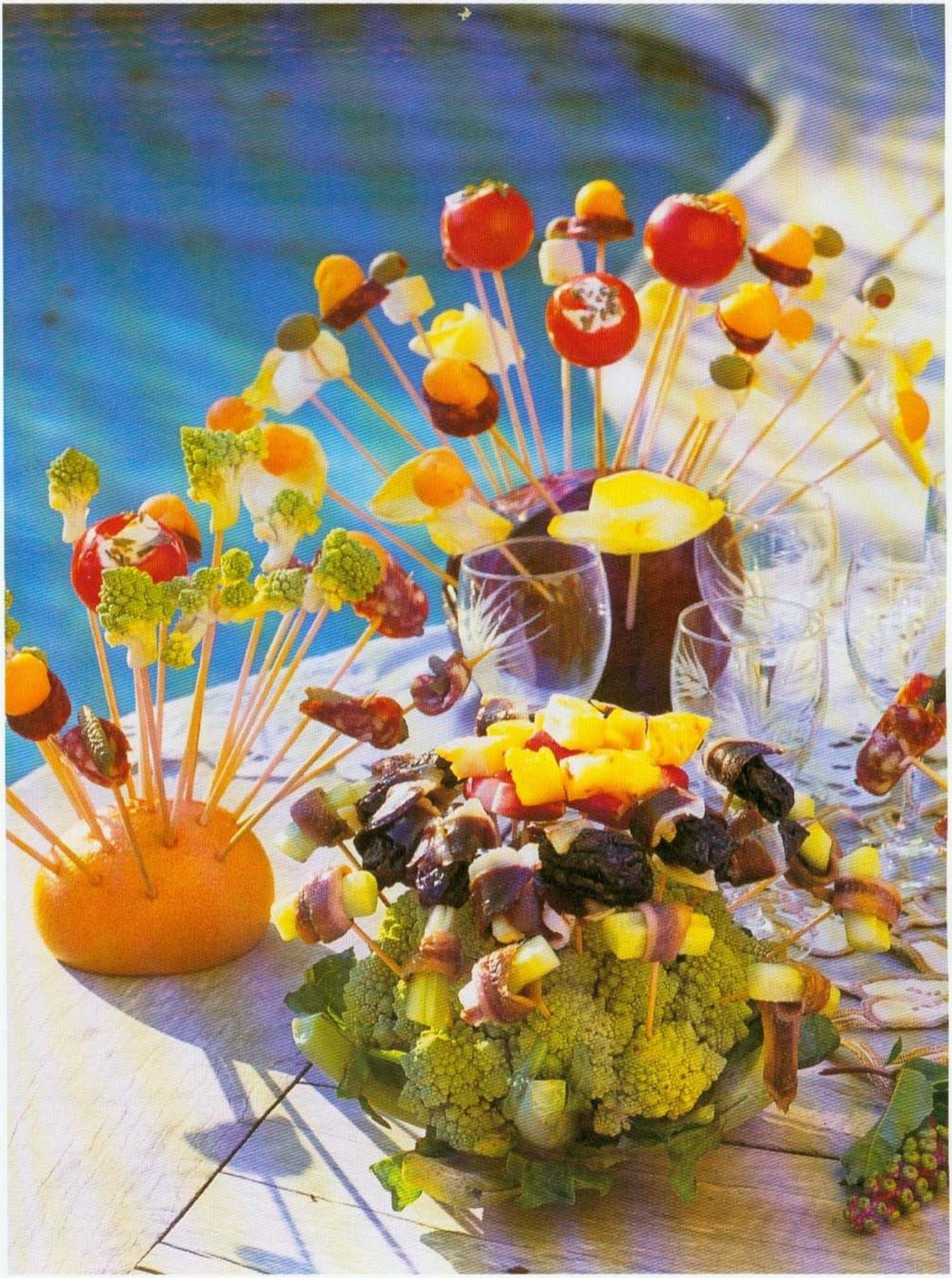
7. Rincez les olives et égouttez-les. Sortez les Apéricubes de leur papier ou égouttez les cubes de feta. Embrochez chaque olive et surmontez-les d'un cube de fromage.

8. Lavez les radis, coupez les deux extrémités. Égouttez l'ananas et recoupez chaque morceau en deux. Embrochez chaque radis et surmontez-le d'un morceau d'ananas.

9. Piquez le chou rouge, le chou romanesco et les pamplemousses avec les mini-brochettes préparées en alternant les couleurs.

• CONSEIL

Vous pouvez varier les garnitures au gré de votre fantaisie : jambon cru enroulé autour d'un cube de melon, dés de concombre et olives noires, dés de fromage de tête ou de jambonneau cuit et cubes d'ananas, dés de poulet fumé et cerises au vinaigre dénoyautées, dés de fromage de chèvre entre 2 carrés de poivron rouge, œufs de caille durs et mini-épis de maïs, mini-pâtissons au vinaigre, etc. Vous pouvez aussi piquer ces brochettes dans une pastèque, un chou-fleur ou dans de gros pains de campagne ronds ou encore réaliser un « vrai » hérisson : supprimez l'un des croûtons d'un pain complet ou d'un pain de seigle allongés, enveloppez ce pain d'aluminium ménager, piquez presque à la base du croûton restant 1 lamelle d'olive noire pour figurer la bouche. Piquez au-dessus 2 demi-olives noires dénoyautées pour figurer les yeux. Enfoncez ensuite les brochettes assez profondément dans le pain, en les mettant bien les unes contre les autres, de façon que la garniture cache l'aluminium et qu'un bout de pique dépasse pour que les brochettes puissent être saisies. Laissez la tête libre et ne commencez qu'à un bon centimètre au-dessus des yeux.



Hérissons

Canapés au yaourt

PRÉPARATION 10 MN

POUR 32 CANAPÉS

- *8 tranches de pain de mie carré*
- *6 cuil. à soupe de crabe émietté*
- *200 g de roquefort*
- *2 yaourts au lait entier*
- *2 tomates fermes*
- *1 petit oignon nouveau*
- *1/2 douzaine d'olives farcies au poivron*
- *1 cuil. à café de curry*
- *sel, poivre*

1. Faites griller les tranches de pain, ôtez-en la croûte. Coupez les tranches en deux, en diagonale, et recoupez chaque triangle en deux.

2. Épluchez l'oignon et passez-le au presse-ail au-dessus des miettes de crabe. Ajoutez le curry, 1 yaourt et du sel. Mélangez. Tartinez la moitié du pain avec cette préparation.

3. Mixez le second yaourt avec le roquefort et un peu de poivre. Tartinez-en le reste du pain.

4. Coupez les olives farcies en rondelles. Lavez les tomates, coupez la partie extérieure comportant la peau en petits triangles, carrés ou losanges. Décorez les canapés de ces éléments.

• CONSEIL

Gardez ces canapés au frais. Présentez-les éventuellement sur un plateau tapissé de feuilles de salade.

Mini-brochettes à la feta

PRÉPARATION 15 MN

POUR 12 BROCHETTES

- *300 g de feta*
- *36 petites tomates cerises*
- *100 g d'olives noires*
- *2 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *1 cuil. à café d'origan*
- *quelques feuilles de salade*
- *poivre*

1. Coupez la feta en cubes de 2 cm. Poivrez l'huile d'olive, ajoutez l'origan, mélangez et roulez les cubes de fromage dans ce mélange.

2. Lavez les tomates et équeutez-les. Dénoyautez les olives.

3. Garnissez les brochettes en alternant tomates, cubes de fromage et olives.

4. Nettoyez les feuilles de salade et tapissez-en un plat de service ou un plateau. Rangez les brochettes sur la salade.

Canapés au yaourt

Bâtonnets aux deux fromages

Préparation 30 mn • **Cuisson** 15 mn

Pour 40 allumettes env.

- *125 g de farine*
- *125 g de beurre*
- *150 g de fromage de chèvre sec*
- *50 g de gruyère râpé*
- *1 jaune d'œuf*
- *sel, poivre*

1. Coupez le fromage de chèvre en lamelles et émiettez celles-ci. Mélangez la farine, le beurre, le fromage de chèvre et un peu de sel. Poivrez fortement. Travaillez rapidement en ajoutant un peu d'eau si besoin est.

2. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6). Beurrez une tôle à pâtisserie. Étalez la pâte sur 3 ou 4 mm d'épaisseur et coupez-la en bandes de 1,5 x 7 cm. Posez ces bandes sur la tôle. Répandez le gruyère dessus. Badigeonnez avec le jaune d'œuf délayé avec 1 cuillerée d'eau. Faites cuire 15 mn au four.

• Conseil

Vous pouvez préparer de la même façon des bâtonnets au cumin : travaillez 150 g de farine et 125 g de beurre avec 60 g de parmesan et 60 g de gruyère râpé. Étalez cette pâte, coupez-la en bâtonnets, dorez-les à l'œuf et parsemez-les de graines de cumin. Faites-les cuire 20 mn au four.

Feuilletés aux anchois

Préparation 30 mn • **Cuisson** 15 mn

Pour 40 feuilletés

- *250 g de pâte feuilletée*
- *2 boîtes de filets d'anchois à l'huile*
- *15 cl de lait*
- *2 cuil. à soupe de graines de sésame*
- *2 cuil. à soupe de parmesan râpé*

1. Égouttez les filets d'anchois, essuyez-les avec du papier absorbant, mettez-les dans une assiette creuse, arrosez-les avec 10 cl de lait et laissez-les tremper 10 mn.

2. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6).

3. Étalez la pâte en carré, sur 3 mm d'épaisseur. Coupez-la en 4 carrés égaux et recoupez chacun d'eux en bâtonnets de 15 mm de large. Badigeonnez la pâte avec le reste du lait et parsemez-la de graines de sésame.

4. Égouttez les filets d'anchois, coupez-les en deux parallèlement à la longueur et enfoncez légèrement 1/2 filet sur chaque bâtonnet de pâte. Poudrez de parmesan.

5. Humectez la tôle du four. Tordez les bâtonnets en forme de tire-bouchon, posez-les sur la tôle au fur et à mesure.

6. Mettez la tôle dans le four et laissez cuire les bâtonnets de 10 à 12 mn, jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. Laissez-les refroidir sur une grille.

Croissants au saumon fumé

Préparation 45 mn • **Cuisson** 20 mn

Pour 20 croissants env.

- *500 g de pâte feuilletée*
- *200 g de chutes de saumon fumé*
- *20 g de beurre*
- *20 g de farine*
- *20 cl de lait*
- *2 cuil. à soupe d'aneth haché*
- *sel, poivre*

Pour la dorure

- *1 jaune d'œuf*

1. Faites fondre le beurre dans une petite casserole, ajoutez la farine, mélangez, arrosez avec le lait et portez à ébullition en remuant. Salez et poivrez. Retirez du feu, ajoutez les chutes de saumon hachées grossièrement et l'aneth.

2. Faites chauffer le four à 230 °C (th. 7).

3. Étalez la pâte sur 3 mm d'épaisseur, découpez-la en bandes de 10 cm de large et recoupez celles-ci en triangles isocèles avec une roulette à pâtisserie. Déposez un peu de crème au saumon à 2 cm de la base de chaque triangle, humectez les bords libres et roulez la pâte par-dessus la farce en partant de la base. Pincez les extrémités et courbez-les pour les mettre en forme de croissant.

4. Déposez les croissants sur la tôle du four humide. Badigeonnez-les avec le jaune d'œuf délayé avec 1 cuillerée d'eau et faites cuire 20 mn au four. Laissez refroidir sur une grille.

Duchesses au beurre de crustacés, feuilletés aux anchois et croissants au saumon fumé

Duchesses au beurre de crustacés

PRÉPARATION 30 MN

POUR 30 À 40 DUCHESSES

- *30 à 40 duchesses à commander chez le boulanger*
- *60 à 80 petites crevettes décortiquées*
- *200 g de beurre de crabe ou de crevette à température ambiante*
- *10 cl de crème fleurette très froide*
- *2 cuil. à soupe de cognac*

1. Fouettez la crème fleurette jusqu'à ce qu'elle soit ferme et mousseuse. Travaillez le beurre de crustacés à la fourchette, en y incorporant le cognac. Mélangez-le délicatement à la crème fouettée.

2. Fendez les duchesses en deux, garnissez-les avec la préparation précédente en utilisant éventuellement une poche munie d'une douille cannelée, déposez 2 crevettes dessus et refermez les duchesses.

Chaud-froid de poulet à l'estragon

Préparation 1 h • **Cuisson** 1 h 30 • **Refroidissement** 2 h • **Réfrigération** 4 h

Pour 16 personnes

- *2 poulets fermiers de 1,8 kg, prêts à cuire, avec les abattis à part*
- *1 pied de veau fendu en deux, blanchi*
- *2 carottes*
- *2 oignons*
- *2 branches de céleri*
- *1 gros bouquet d'estragon*
- *4 clous de girofle*
- *1 litre de vin blanc sec*
- *15 cl de crème fraîche épaisse*
- *40 g de beurre*
- *30 g de farine*
- *2 feuilles de gélatine*
- *1 jaune d'œuf*
- *sel, poivre*

1. Mettez dans un grand faitout les oignons piqués des clous de girofle, les carottes, le céleri, le pied de veau, les abattis et les poulets. Arrosez avec le vin blanc et complétez avec de l'eau pour arriver à hauteur. Portez doucement à ébullition, écumez, salez, couvrez et laissez frémir pendant 1 h 15.

2. Égouttez les poulets, laissez-les refroidir, puis laissez-les au moins 2 h au réfrigérateur.

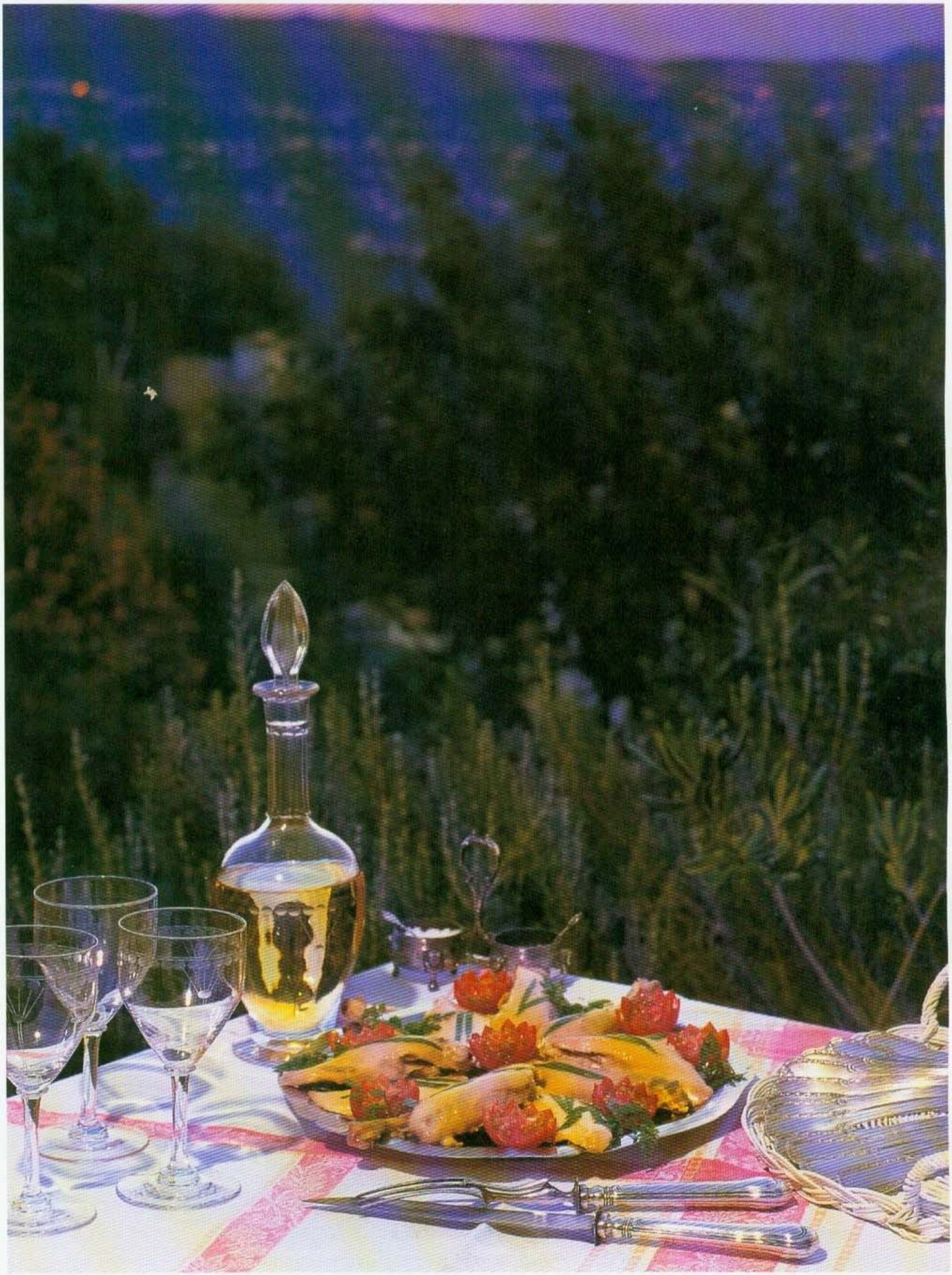
3. Pendant ce temps, retirez les légumes du liquide de cuisson et faites réduire celui-ci jusqu'à 50 cl. Faites tremper la gélatine dans de l'eau froide pendant 5 mn, égouttez-la et incorporez-la au liquide ainsi que les trois quarts des feuilles d'estragon. Couvrez et laissez refroidir.

4. Filtrez le liquide de cuisson. Faites fondre le beurre dans une casserole, ajoutez la farine, mélangez, arrosez avec le liquide filtré et portez à ébullition en remuant. Laissez frémir 2 mn, retirez du feu, ajoutez la crème et le jaune d'œuf et laissez refroidir en remuant de temps en temps. Vérifiez l'assaisonnement qui doit être bien relevé.

5. Ôtez la peau des poulets et découpez-les : 4 pilons, 4 cuisses, 4 ailes, 4 blancs. Ébouillantez le reste des feuilles d'estragon, rafraîchissez-les et posez-les sur un linge.

6. Posez les morceaux de poulet sur une grille placée au-dessus d'un plat. Nappez-les de sauce, laissez prendre au réfrigérateur, nappez d'une seconde couche de sauce et décorez de feuilles d'estragon. Remettez au réfrigérateur et laissez prendre encore pendant au moins 2 h.

7. Déposez délicatement les morceaux de chaud-froid sur un grand plat et décorez éventuellement de tomates coupées en forme de rose ou en dents de loup.



Chaud-froid de poulet à l'estragon

Dodine de canard

Préparation 1 h • **Macération** 24 h • **Cuisson** 1 h 45 • **Réfrigération** 24 h

Pour 12 personnes

- *1 canette de 1,8 kg*
- *3 filets de canard d'environ 350 g chacun*
- *250 g de foies de canard*
- *200 g de veau*
- *250 g d'échine de porc*
- *150 g de lard*
- *1 crépine de porc*
- *1 petit pain au lait*
- *6 feuilles de sauge*
- *2 cuil. à soupe de pistaches non salées, mondées*
- *10 cl de vin blanc*
- *10 cl de cognac + 2 cuil. à soupe*
- *1 cuil. à café de quatre-épices*
- *1 cuil. à soupe de gelée instantanée*
- *20 g de beurre*
- *3 cuil. à soupe de lait*
- *sel, poivre*

1. Demandez au volailler de désosser la canette sans percer la peau, en laissant seulement l'os des pilons.

2. Retirez la peau des filets de canard et coupez-les en bandelettes. Arrosez la canette désossée et les bandelettes de canard avec 10 cl de cognac, salez et poivrez et laissez macérer pendant 24 h au réfrigérateur.

3. Après 24 h de macération, arrosez le petit pain avec le lait. Coupez les foies en dés et faites-les blondir avec le beurre.

4. Hachez le veau, le porc et le lard. Ajoutez la sauge émiettée, du sel, du poivre, le quatre-épices, les pistaches, le pain essoré, les foies de canard et l'alcool de la marinade. Mélangez soigneusement.

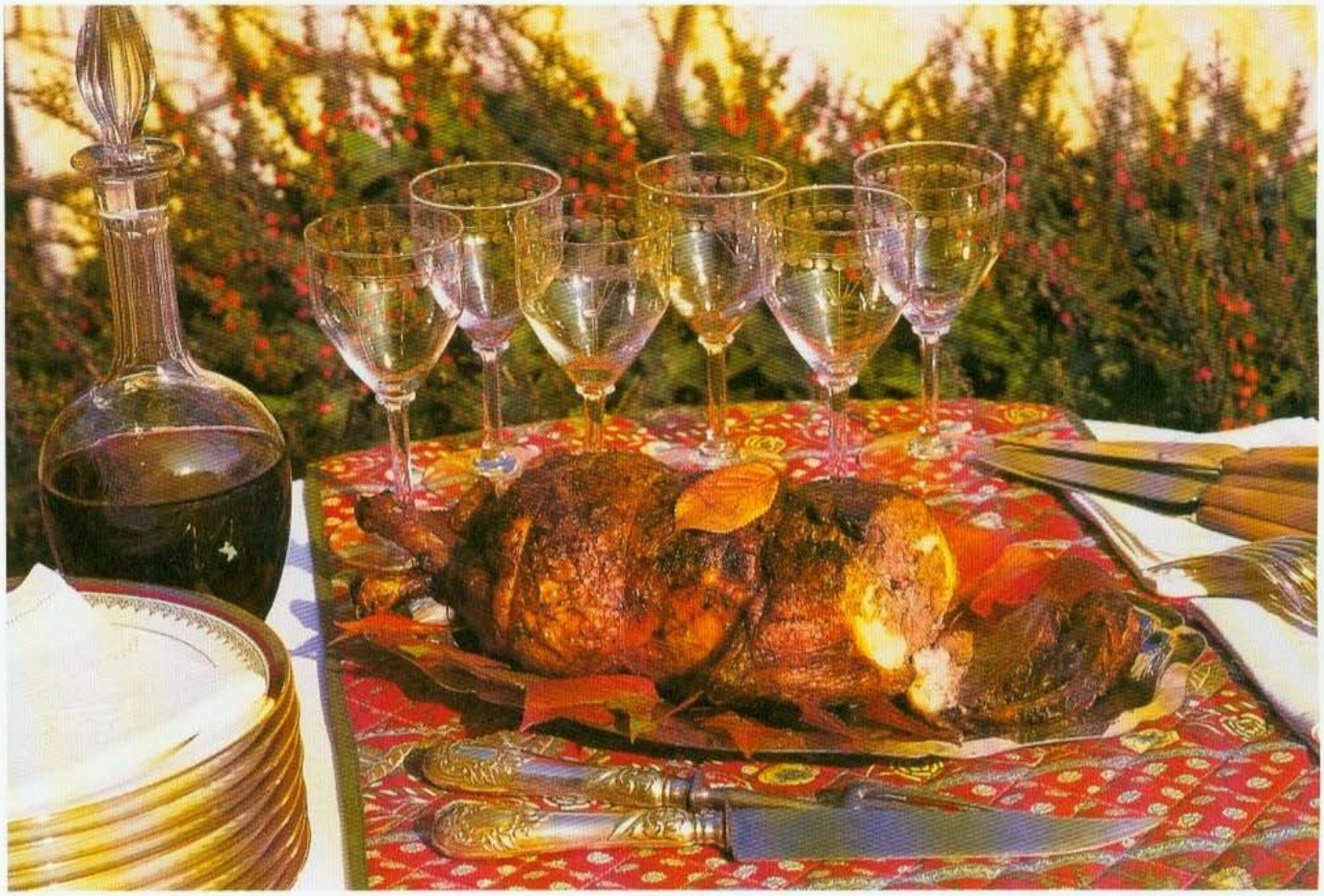
5. Faites tremper la crépine dans de l'eau froide. Faites chauffer le four à 170 °C (th. 5).

6. Étalez la canette désossée, côté peau contre la table, couvrez-la avec la moitié de la farce, déposez dessus les bandelettes de canard et recouvrez avec le reste de la farce. Reformez la canette et cousez-la en veillant à ce que tout l'intérieur soit bien enveloppé. Égouttez la crépine, étalez-la délicatement, posez la canette dessus et enfermez-la dans la crépine. Ficelez le tout bien serré.

7. Posez la canette dans la lèchefrite ou dans un grand plat et faites-la cuire au four pendant 1 h 45, en l'arrosant souvent avec un peu de vin blanc.

8. Laissez refroidir totalement la dodine et laissez-la quelques heures au réfrigérateur.

9. Délayez la gelée instantanée avec 20 cl d'eau froide, portez juste à ébullition en remuant, ajoutez 2 cuillerées à soupe de cognac, laissez refroidir. Retirez la ficelle et les fils de la dodine, puis badigeonnez-la deux ou trois fois avec la gelée froide mais encore liquide en passant celle-ci avec un pinceau et en faisant prendre chaque couche au réfrigérateur. Laissez ensuite au moins 12 h au réfrigérateur.



Dodine de canard

Savarin de poulet à l'avocat

Préparation 30 mn • **Cuisson** 2 h • **Réfrigération** 12 h

Pour 12 parts

- *1 poulet vidé, de 2 kg*
- *3 avocats mûrs à point*
- *1 bouquet garni*
- *2 tablettes de bouillon de volaille*
- *2 cuil. à soupe de jus de citron*
- *50 cl de vin blanc*
- *3 à 4 cuil. à soupe de prunelle de Bourgogne (liqueur de noyau à 30°)*
- *1 sachet de gelée instantanée au madère*
- *quelques gouttes de tabasco*
- *quelques feuilles de salade*
- *tomates cerises, radis*
- *sel, poivre*

1. Faites bouillir le vin avec 50 cl d'eau, ajoutez le bouillon, le bouquet garni et le poulet, couvrez et laissez frémir pendant 1 h 30.

2. Prélevez le jus de cuisson. Laissez le poulet refroidir. Filtrez le jus, dégraissez-le et faites-le réduire à feu vif jusqu'à ce qu'il n'en reste que 40 cl. Laissez-le tiédir, délayez-y la gelée, portez à ébullition puis ajoutez le tabasco. Laissez refroidir.

3. Désossez le poulet, ôtez la peau et passez la chair au robot. Ajoutez la chair des avocats et le citron. Incorporez enfin 30 cl de gelée froide et la prunelle de Bourgogne. Vérifiez l'assaisonnement qui doit être très relevé.

4. Versez la préparation dans un grand moule en couronne, sans laisser de vides. Laissez durcir un peu au réfrigérateur, puis recouvrez la surface délicatement avec le reste de la gelée pour que la mousse ne brunisse pas. Couvrez de film alimentaire et laissez au moins 12 h au réfrigérateur.

5. Pour servir, démoulez le savarin sur un lit de salade verte, garnissez le centre de tomates cerises et de radis.

Filets de canard aux fruits d'été

Préparation & Cuisson 40 mn

Pour 8 personnes

- *3 filets de canard d'environ 350 g chacun*
- *1 laitue*
- *1 melon*
- *200 g de framboises*
- *200 g de cassis*
- *6 feuilles de menthe*
- *2 gousses d'ail*
- *1 échalote*
- *6 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *3 cuil. à soupe de vinaigre à la framboise*
- *1 cuil. à soupe de moutarde à l'ancienne*
- *3 cuil. à soupe de Grand Marnier*
- *1 cuil. à café de cannelle*
- *sel, poivre*

1. À l'aide d'un couteau pointu, faites des croisillons sur la peau des filets. Frottez les deux faces de sel, de poivre et de cannelle.

2. Faites chauffer une poêle à feu vif, saisissez-y les filets de canard, côté chair, pendant 2 mn, puis retournez-les, réduisez le feu et laissez cuire la viande sur l'autre face pendant 20 mn. Jetez la graisse rendue une ou deux fois pendant la cuisson. Jetez toute la graisse à la fin de la cuisson, essuyez la poêle avec du papier absorbant, remettez-y la viande, arrosez-la de Grand Marnier, faites chauffer quelques secondes et flambez. Laissez refroidir.

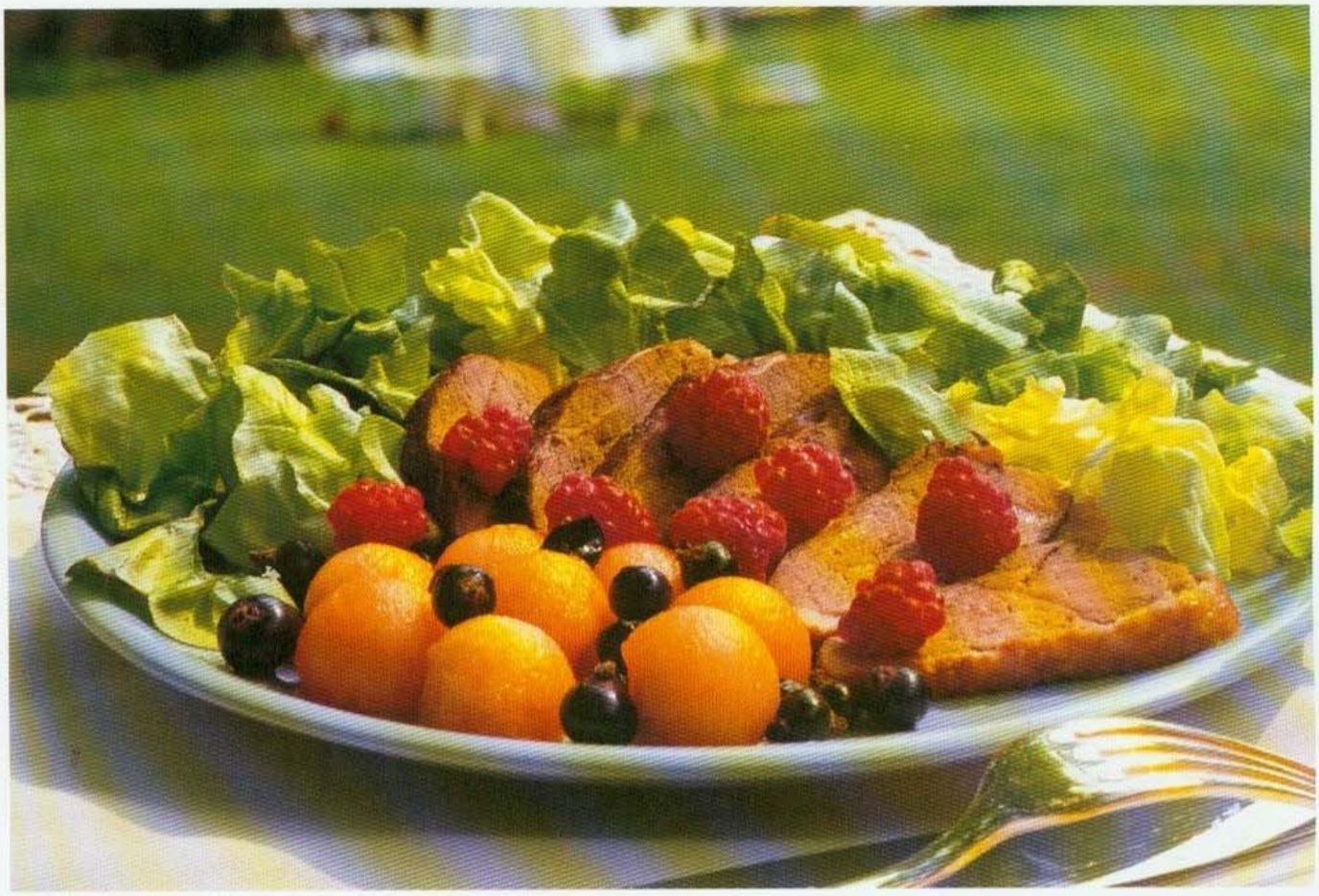
3. Lavez et séchez la laitue. Coupez le melon en deux, retirez-en les pépins et prélevez la chair en petites boules avec une cuillère à racines. Lavez le cassis et égrenez-le.

4. Pelez l'ail et l'échalote et hachez-les très finement. Hachez la menthe. Mélangez la moutarde avec le vinaigre, du sel et du poivre. Ajoutez l'huile d'olive, le jus contenu dans la poêle, l'ail, l'échalote et la menthe.

5. Coupez les filets de canard en lamelles. Garnissez un plat avec les feuilles de laitue, disposez dessus les lamelles de viande, répartissez les fruits autour, présentez la sauce séparément, dans un autre récipient.

• Conseil

Vous pouvez réaliser la même recette avec des magrets d'oie ou remplacer les filets frais par des filets fumés coupés en tranches ; dans ce cas, vous n'aurez pas à les faire cuire, il vous suffira de préparer la sauce et la garniture.



Filets de canard aux fruits d'été

Capilotade de lapin

Préparation 30 mn • **Marinade** 24 h • **Cuisson** 2 h • **Réfrigération** 24 h

Pour 10 à 12 personnes

- *1 gros lapin de 2 kg, coupé en morceaux*
- *150 g de lardons fumés*
- *3 carottes*
- *2 gousses d'ail*
- *2 échalotes*
- *2 bouquets garnis*
- *2 clous de girofle*
- *10 baies de genièvre*
- *1 cuil. à café de poivre vert*
- *1 anis étoilé*
- *1 bouteille de vin blanc doux (côteaux-du-Layon)*
- *10 cl de cognac*
- *2 feuilles de gélatine*
- *2 cuil. à soupe d'huile*
- *sel*

1. Faites mariner le lapin 24 h avec l'ail pelé et coupé en quatre, les clous de girofle, les baies de genièvre, l'anis, 1 bouquet garni et le vin.

2. Égouttez le lapin et filtrez la marinade. Jetez le bouquet garni et enfermez les autres épices dans une gaze. Pelez les carottes et coupez-les en dés. Pelez les échalotes et coupez-les en lamelles.

3. Faites revenir rapidement le lapin et les lardons dans l'huile chaude. Ajoutez les échalotes, les carottes, le poivre vert, 1 bouquet garni et les épices enfermées dans la gaze. Arrosez avec la marinade et la moitié du cognac. Salez, couvrez, portez à ébullition et laissez cuire doucement pendant 2 h.

4. Jetez le bouquet garni et la gaze. Désossez le lapin et coupez la chair en morceaux. Mettez-les dans une terrine avec le liquide et les éléments de la cuisson. Faites tremper la gélatine 5 mn dans de l'eau froide, égouttez-la et faites-la fondre avec le reste du cognac tiède. Ajoutez-la dans la terrine et mettez au réfrigérateur pendant 24 h.

Tarte aux poireaux et au haddock

PRÉPARATION 30 MN • **CUISSON** 1 H

POUR 8 PARTS

Pour la pâte brisée

- *200 g de farine*
- *100 g de beurre*
- *sel*

Pour la garniture

- *4 à 5 blancs de poireaux (300 g après épluchage)*
- *300 g de haddock*
- *4 œufs*
- *50 cl de lait*
- *20 g de beurre*
- *1 gousse d'ail*
- *1 cuil. à soupe d'aneth haché*
- *2 cuil. à soupe de jus de citron*
- *1 cuil. à soupe de farine*
- *3 pincées de noix muscade*
- *sel, poivre*

1. Préparez la pâte avec la farine, le beurre, 1 pincée de sel et 2 ou 3 cuillerées à soupe d'eau. Roulez-la en boule et laissez-la reposer au réfrigérateur.

2. Mettez le haddock dans une casserole, couvrez-le de lait et laissez cuire 10 mn à feu doux, sans laisser bouillir.

3. Fendez les blancs de poireaux en deux, coupez-les en lamelles de 2 cm et lavez-les. Faites-les cuire 20 mn à l'eau bouillante salée ou dans un cuit-vapeur.

4. Égouttez le haddock en conservant le lait de cuisson. Retirez la peau et effeuillez la chair à la fourchette. Égouttez les poireaux dans une passoire. Pelez l'ail.

5. Faites fondre le beurre dans une petite casserole, ajoutez la farine, mélangez et arrosez peu à peu avec 30 cl du lait de cuisson du haddock. Portez à ébullition en remuant, laissez bouillir 2 mn, arrêtez la cuisson, ajoutez l'ail en le passant au presse-ail, le jus de citron et la noix muscade. Poivrez.

6. Faites chauffer le four à 225 °C (th. 7). Beurrez un moule à tarte de 26 à 28 cm de diamètre.

7. Étalez la pâte sur le plan de travail fariné, garnissez-en le moule et piquez le fond à la fourchette.

8. Cassez les œufs dans une jatte, salez-les et poivrez-les, battez-les à la fourchette, ajoutez l'aneth, le haddock et les poireaux. Incorporez la sauce, versez le tout dans le moule, laissez cuire 30 mn au four, jusqu'à ce que le dessus soit bien doré.

9. Pour servir, découpez la tarte froide en parts et disposez-les sur un grand plat ou un plateau. Éventuellement, vous pouvez raffiner la présentation en mettant 1/2 rondelle de citron et 1 tomate cerise entre les parts.

Tarte aux poireaux et au haddock

Saumon farci froid

PRÉPARATION 40 MN • **CUISSON** 45 MN • **RÉFRIGÉRATION** 2 H

POUR 10 PERSONNES

- *1 saumon d'environ 2 kg, sans l'arête centrale*
- *2 filets de merlan*
- *300 g de mayonnaise légère*
- *10 cl de crème fraîche épaisse*
- *1 yaourt*
- *2 concombres*
- *1 bouquet d'aneth*
- *3 branches d'estragon*
- *2 branches de persil plat*
- *6 cuil. à soupe de jus de citron*
- *1 cuil. à soupe de gelée instantanée*
- *sel, poivre*

1. Passez les filets de merlan au robot ménager avec les feuilles de 3 branches d'aneth, de l'estragon et du persil. Ajoutez la crème fraîche, du sel et du poivre et faites à nouveau fonctionner l'appareil.

2. Rincez le saumon, salez et poivrez l'intérieur, tartinez-le avec la farce au merlan, refermez-le et ficelez-le à trois ou quatre endroits.

3. Faites chauffer le four à 225 °C (th. 7).

4. Posez le poisson dans de l'aluminium ménager en double ou triple épaisseur, déposez le tout dans un plat long et étroit ou dans la lèchefrite du four en faisant remonter l'aluminium autour du poisson. Fermez la papillote. Mettez un peu d'eau chaude, mais non bouillante autour. Faites cuire 45 mn dans le four.

5. Laissez tiédir le poisson dans sa papillote puis retirez les ficelles et la peau. Retournez le saumon sur un plat de service en vous aidant de l'aluminium et retirez le reste de la peau. Laissez refroidir totalement.

6. Délayez la gelée avec 25 cl d'eau froide et portez à ébullition. Laissez refroidir. Passez une couche de gelée sur le poisson et laissez prendre au réfrigérateur.

7. Pelez un concombre et coupez-en la moitié en rondelles fines. Recoupez celles-ci en deux, posez-les sur le poisson en allant de la queue à la tête et en les faisant chevaucher pour simuler les écailles. Passez un peu de gelée dessus et remettez au réfrigérateur.

8. Pelez le second concombre. Coupez-le en deux ainsi que le demi-concombre restant, évidez le centre avec une petite cuillère, coupez ces concombres en tronçons de 5 à 6 cm.

9. Mélangez la mayonnaise avec le yaourt, le jus de citron et le reste de l'aneth haché. Emplissez chaque barquette de concombre d'un peu de cette sauce et entourez-en le saumon. Présentez le reste de la sauce dans une saucière.

Saumon farci froid

Gravlax

PRÉPARATION 15 MN • **MARINADE** 3 JOURS

POUR 8 À 10 PERSONNES

- *1 kg de saumon en 2 filets, avec la peau*
- *1 bouquet d'aneth*
- *4 cuil. à soupe de sel fin*
- *2 cuil. à soupe de sucre*
- *1 cuil. à soupe de poivre mignonnette*

Pour la sauce

- *2 yaourts veloutés*
- *10 cl d'huile*
- *1 cuil. à soupe de moutarde*
- *1 cuil. à café de sucre*

1. Essuyez le saumon avec du papier absorbant. Mélangez le sel, le sucre et le poivre concassé. Poudrez le fond d'un plat avec un tiers de ce mélange, déposez dessus 1 filet de saumon côté chair au-dessus, poudrez avec un tiers du mélange, déposez quelques branches d'aneth, recouvrez avec l'autre filet de poisson côté peau au-dessus, poudrez du reste du mélange.

2. Couvrez d'aluminium ménager, d'une planchette et d'un poids. Laissez mariner 3 jours au réfrigérateur, en retournant le bloc de poisson tous les jours.

3. Pour servir, égouttez le poisson, retirez l'aneth, grattez légèrement la chair, découpez-la en tranches fines, comme un saumon fumé, sans entamer la peau, rangez les tranches sur un plat ou une planche en forme de poisson, décorez de brins d'aneth.

4. Préparez la sauce : mélangez la moutarde et le sucre, incorporez l'huile en mince filet en tournant comme pour une mayonnaise, puis ajoutez les yaourts par petites quantités à la fois en continuant à tourner. Ajoutez enfin le reste de l'aneth haché. Versez dans une saucière.

Miroir au saumon

Préparation & Cuisson 1 h 30 • **Réfrigération** 12 h

Pour 12 à 15 parts

- *1 brioche*
- *600 g de saumon frais sans peau ni arêtes*
- *8 tranches de saumon fumé*
- *600 g d'épinards*
- *2 avocats*
- *10 cl de crème fraîche épaisse*
- *40 cl de crème fleurette très froide*
- *50 g de beurre mou*
- *2 œufs*
- *10 feuilles de gélatine*
- *10 cuil. à soupe de jus de citron*
- *tabasco*
- *sel, poivre*

Pour la sauce

- *250 g de mayonnaise légère*
- *2 yaourts*
- *3 cuil. à soupe d'aneth haché*

1. Préparez la mousse au saumon : mettez le saumon frais dans une casserole d'eau froide, salez, portez doucement à ébullition, puis laissez frémir 6 mn. Laissez refroidir. Faites tremper 3 feuilles de gélatine dans de l'eau froide. Faites tiédir 4 cuillerées à soupe de jus de citron et faites-y fondre la gélatine égouttée.

2. Cassez les œufs en séparant les jaunes des blancs. Mixez le saumon froid avec 4 tranches de saumon fumé, le beurre, la gélatine fondue, quelques gouttes de tabasco. Ajoutez ensuite la crème fraîche et les 2 blancs d'œufs battus en neige. Vérifiez l'assaisonnement. Mettez au réfrigérateur.

3. Garnissez un moule à manqué de 26 cm de diamètre de film alimentaire et tapissez le fond avec le reste du saumon fumé. Recouvrez avec la mousse au saumon et laissez prendre au réfrigérateur.

4. Pendant ce temps, préparez une mousse d'épinards : équeutez les épinards, lavez-les, mettez-les dans un faitout et laissez-les cuire quelques minutes, jusqu'à ce qu'ils aient diminué de volume. Égouttez-les. Faites tremper 6 feuilles de gélatine 5 mn dans un bol d'eau froide. Faites chauffer 4 cuillerées à soupe de jus de citron et faites-y fondre la gélatine égouttée.

5. Pressez les épinards entre vos mains. Passez-les au mixeur avec la chair des avocats, les 2 jaunes d'œufs, du sel, du poivre, du tabasco et la gélatine fondue. Fouettez la crème fleurette et incorporez-la délicatement.

6. Retirez la croûte de la brioche. Coupez des tranches de 1 cm d'épaisseur et couvrez la mousse de saumon d'une couche de brioche. Déposez dessus la mousse aux épinards. Recouvrez d'une couche de brioche de 1 cm, couvrez et laissez prendre au réfrigérateur pendant 12 h.

7. Quelques minutes avant de servir, faites tremper 1 feuille de gélatine dans de l'eau froide, puis faites-la fondre avec 2 cuillerées à soupe de jus de citron et 2 cuillerées à soupe d'eau chaude. Retournez le moule sur un plat, ôtez le moule et le film. Passez un peu de gélatine sur le dessus, décorez de brindilles d'aneth et laissez prendre quelques minutes.

8. Préparez la sauce en mélangeant délicatement la mayonnaise avec les yaourts et l'aneth haché.

Miroir au saumon

POUR 10 TOMATES

- *10 tomates moyennes*
- *4 truites fumées*
- *1 petit pot d'œufs de truite*
- *5 cuil. à soupe de mayonnaise légère*
- *3 branches d'estragon*
- *4 cuil. à soupe de jus de citron*
- *quelques gouttes de tabasco*
- *sel*

Tomates en panier à la truite fumée

PRÉPARATION 30 MN • **DÉGORGEMENT** 30 MN

1. Passez au mixeur la chair des truites avec le jus de citron, le tabasco et les feuilles d'estragon. Versez ce mélange dans une jatte. Incorporez-y 3 cuillerées à soupe de mayonnaise, goûtez et complétez avec de la mayonnaise jusqu'à ce que l'ensemble soit à votre goût. Mettez au réfrigérateur.

2. Lavez les tomates. Faites deux entailles parallèles dans la hauteur de façon à laisser une bande de 1 cm au centre, sur le tiers de la partie supérieure des tomates. Coupez la chair de chaque côté, parallèlement à la base, jusqu'à la première entaille et retirez les deux morceaux ainsi dégagés. Évidez les tomates avec précaution pour obtenir un panier avec une anse. Salez l'intérieur et laissez dégorger 30 mn.

3. Égouttez soigneusement les tomates, emplissez-les avec la préparation à la truite, et parsemez le dessus avec les œufs de truite.

Flan aux asperges

Préparation 20 mn • **Cuisson** 1 h 10

Pour 6 à 8 personnes

- *1 kg d'asperges*
- *6 œufs*
- *20 cl de crème fraîche très froide*
- *3 cuil. à soupe de petits pois égouttés*
- *1 cuil. à soupe de Maïzena*
- *1 pincée de quatre-épices*
- *2 à 3 tomates*
- *quelques brins de cerfeuil*
- *sel, poivre*

1. Épluchez les asperges et supprimez l'extrémité ligneuse. Faites-les cuire 20 mn, puis laissez-les refroidir sur un linge.

2. Faites chauffer le four à 170 °C (th. 5). Beurrez un moule à cake.

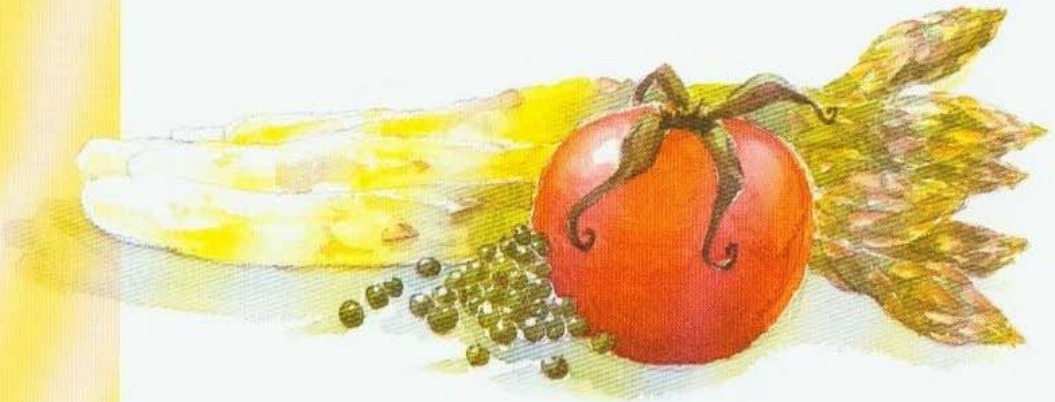
3. Coupez les pointes des asperges et mettez-les de côté. Mixez le reste des asperges pour le réduire en purée. Incorporez-y soigneusement la Maïzena.

4. Fouettez la crème fraîche jusqu'à ce qu'elle soit ferme et mousseuse. Brouillez les œufs avec une fourchette, salez et poivrez, ajoutez le quatre-épices. Versez ce mélange sur la purée d'asperges, mélangez, ajoutez les petits pois. Incorporez ensuite la crème fouettée, versez la préparation dans le moule, mettez au four et laissez cuire 50 mn.

5. Conservez le flan froid au réfrigérateur. Démoulez-le au moment de servir, garnissez-le avec les pointes des asperges, des quartiers de tomate et des brins de cerfeuil.

• Conseil

Vous gagnerez du temps si vous prenez de grosses asperges ; si la saison n'a pas été sèche, elles seront tout aussi tendres que des asperges de petit calibre. Épluchez-les avec un couteau économe. Elles se gorgeront moins d'eau si vous les faites cuire dans le compartiment perforé d'un cuit-vapeur. Éventuellement, ajoutez un peu d'estragon haché avec les petits pois.



Flan aux asperges

Anchoïade

Pour 50 cl environ

- *2 boîtes de filets d'anchois*
- *100 g de miettes de thon*
- *200 g d'olives noires dénoyautées*
- *15 cl d'huile*
- *1 gousse d'ail*
- *2 cuil. à soupe de câpres*
- *1 cuil. à soupe de moutarde*
- *4 cuil. à soupe de jus de citron*
- *3 cuil. à soupe de cognac*

Préparation 25 mn

1. Égouttez les filets d'anchois. Pelez la gousse d'ail et passez-la au presse-ail. Passez au mixeur les anchois, l'ail, les olives, le thon, les câpres et la moutarde. Ajoutez peu à peu l'huile, puis le cognac et le jus de citron. Goûtez et rajoutez éventuellement un peu de jus de citron.

Sauce verte

Pour 30 cl environ

- *100 g d'épinards hachés surgelés*
- *30 g d'oseille hachée surgelée*
- *20 cl de crème fleurette*
- *1 cuil. à soupe de ciboulette hachée*
- *1 cuil. à soupe de cerfeuil haché*
- *1 cuil. à soupe d'estragon haché*
- *1 pincée de semoule d'ail*
- *sel, poivre*

Préparation 10 mn

1. Faites décongeler les épinards et l'oseille à feu doux ou, éventuellement, 1 mn au four à micro-ondes. Fouettez la crème fleurette.

2. Mélangez les épinards et l'oseille ainsi que la ciboulette, le cerfeuil, l'estragon et la semoule d'ail à la crème fouettée. Salez et poivrez.

Sauce au roquefort

Pour 50 cl environ

- *100 g de roquefort*
- *20 cl de crème fleurette*
- *1 petit oignon*
- *3 cuil. à soupe de cognac*
- *poivre*

Préparation 15 mn

1. Fouettez la crème fleurette. Pelez l'oignon et hachez-le très finement. Écrasez le roquefort en y incorporant le cognac, puis l'oignon. Mélangez délicatement avec la crème fouettée, poivrez et mettez au frais.

Panier de crudités et sauces d'accompagnement

Panier de crudités

PRÉPARATION 1 H

• SUGGESTIONS

- *petites tomates en branches*
- *concombres*
- *chou romanesco ou chou-fleur*
- *carottes nouvelles*
- *céleri-branche*
- *poivrons de toutes les couleurs*
- *endives*
- *fenouil*
- *céleri-rave*
- *radis*
- *ciboules*
- *champignons de Paris*

• Pelez les concombres, les carottes et le céleri-rave. Épluchez les branches de céleri et lavez-les. Coupez tous ces légumes en bâtonnets de 7 à 8 cm de long. Détaillez le chou romanesco en petits bouquets et rincez-les. Éliminez les feuilles abîmées des endives, rincez-les et effeuillez-les. Éliminez les feuilles extérieures ligneuses des bulbes de fenouil et taillez ceux-ci en lamelles. Retirez les barbes de ciboules et lavez les tiges vertes. Rincez et équeutez les tomates et les poivrons. Coupez les tomates en quartiers et les poivrons en lamelles. Nettoyez les radis, taillez-les en fleurs et rincez-les. Coupez le bout terreux des champignons, lavez-les et coupez les plus gros d'entre eux en deux. Disposez tous les légumes de façon harmonieuse dans un grand plat ou dans un panier d'osier. Servez avec des sauces : anchoïade, sauce verte, sauce au roquefort, etc.

Bavarois bulgare

Préparation 30 mn • **Cuisson** 15 mn • **Réfrigération** 12 h

Pour 8 personnes

- *4 yaourts au lait entier, de 125 g chacun*
- *25 cl de crème fleurette*
- *4 carottes*
- *1 poivron rouge*
- *1 poivron vert*
- *2 oignons nouveaux*
- *1 échalote*
- *1 gousse d'ail*
- *1 bouquet de cerfeuil*
- *6 brins de ciboulette*
- *7 feuilles de gélatine*
- *2 cuil. à soupe de vinaigre de vin blanc*
- *1 orange*
- *sel, poivre*

1. Épluchez 3 carottes et coupez-les en bâtonnets de 0,5 cm d'épaisseur. Lavez les poivrons et coupez-les en petits dés. Mettez ces légumes dans le compartiment perforé d'un cuit-vapeur et faites-les cuire 15 mn.

2. Faites tremper la gélatine dans un bol d'eau froide. Épluchez les oignons, l'échalote et l'ail et passez-les au presse-ail au-dessus d'une jatte. Hachez le cerfeuil et la ciboulette.

3. Passez les carottes et les poivrons cuits sous l'eau froide et laissez-les égoutter dans une passoire.

4. Mettez le vinaigre dans une petite casserole avec 2 cuillerées à soupe d'eau. Faites chauffer à feu très doux. Égouttez la gélatine, ajoutez-la et laissez-la fondre en remuant. Retirez la casserole du feu dès que le mélange est totalement transparent.

5. Ajoutez les yaourts au contenu de la jatte, incorporez la gélatine, mélangez bien, puis ajoutez les carottes, le poivron, le cerfeuil et la ciboulette. Salez abondamment. Poivrez.

6. Fouettez la crème fleurette jusqu'à ce qu'elle soit bien ferme. Ajoutez-la délicatement à la préparation.

7. Passez un moule à cake sous l'eau froide, ne l'essuyez pas, versez la préparation dedans et laissez 12 h au réfrigérateur.

8. Pelez la dernière carotte, cannelez-la et coupez-la en rondelles fines. Lavez l'orange, essuyez-la et coupez-la en tranches, recoupez celles-ci en deux.

9. Pour démouler le bavarois, trempez-le 10 s dans de l'eau chaude. Décorez de carotte et d'orange.

Bavarois bulgare

Clafoutis aux légumes

Pour 6 personnes

Préparation 30 mn • **Cuisson** 1 h 20

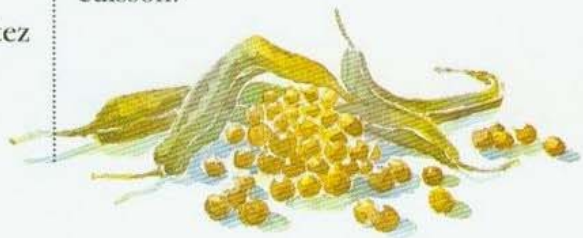
- *500 g de carottes*
- *125 g de petits pois écossés*
- *2 navets*
- *3 oignons*
- *2 œufs*
- *30 g de beurre*
- *50 g de farine*
- *30 cl de lait*
- *70 g de gruyère râpé*
- *2 pincées de noix muscade*
- *sel, poivre*

1. Pelez les carottes, les navets et les oignons. Coupez ces légumes en petits dés. Faites-les cuire 20 mn à l'eau bouillante salée, ainsi que les petits pois.

2. Faites fondre le beurre dans une casserole, ajoutez la farine, mélangez, arrosez avec le lait et portez à ébullition en remuant sans arrêt. Laissez bouillir 2 mn, salez et poivrez, ajoutez la noix muscade. Retirez du feu, incorporez les œufs et le gruyère. Laissez refroidir.

3. Égouttez les légumes et mélangez-les à la préparation. Versez le tout dans un joli plat de 1,75 litre de contenance beurré et faites cuire 1 h au four à 150 °C (th. 4), dans un bain-marie frémissant. Laissez refroidir et mettez au réfrigérateur.

4. Servez directement dans le plat de cuisson.



Tarte aux carottes

Préparation 20 mn • **Cuisson** 1 h 10

Pour 8 parts

Pour la pâte

- *200 g de farine*
- *100 g de beurre*
- *sel*

Pour la garniture

- *750 g de carottes*
- *50 g d'amandes effilées*
- *3 œufs*
- *10 cl de crème à 15 % de matière grasse*
- *40 g de beurre*
- *2 pincées de noix muscade*
- *sel, poivre*

1. Préparez la pâte avec la farine, le beurre, 1 pincée de sel et 2 ou 3 cuillerées à soupe d'eau. Roulez-la en boule et laissez-la reposer au frais.

2. Épluchez les carottes. Mettez-en 2 de côté. Coupez les autres en tronçons et faites-les cuire 30 mn à l'eau bouillante salée.

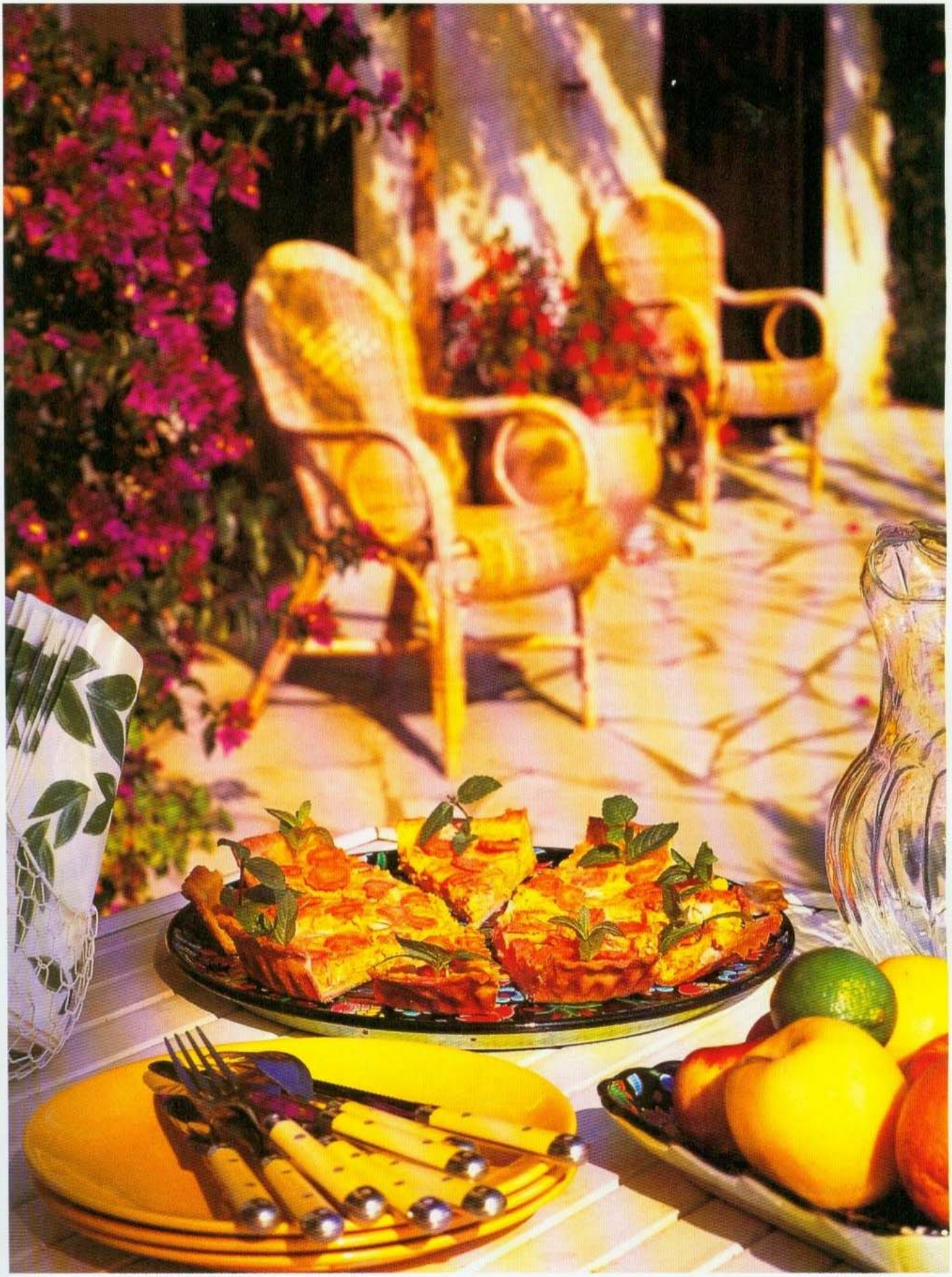
3. Cannelez les 2 carottes à l'aide d'un couteau canneleur ou avec la pointe d'un couteau économe, puis coupez-les en rondelles fines.

4. Égouttez les carottes cuites, réduisez-les en purée et incorporez-y 20 g de beurre. Laissez tiédir.

5. Faites chauffer le four à 250 °C (th. 8). Beurrez un moule à tarte de 26 cm de diamètre. Étalez la pâte sur le plan de travail fariné, garnissez-en le moule et piquez le fond à la fourchette.

6. Battez les œufs avec la crème. Ajoutez la noix muscade, les amandes, du sel et du poivre. Mélangez le tout à la purée de carottes. Versez cette préparation dans le moule, rangez dessus les rondelles de carotte crues, surmontez-les du reste du beurre détaillé en petits dés. Mettez le moule dans le four, réduisez la température à 200 °C (th. 6) et faites cuire 30 mn. Laissez refroidir sur une grille.

7. Pour servir, coupez la tarte froide en parts, posez-les sur un plat et décorez éventuellement de fines herbes (menthe, cerfeuil, persil, etc.).



Tarte aux carottes

Salade fraîche à l'ananas

Préparation & Cuisson 30 mn

Pour 12 personnes

- *2 ananas Victoria*
- *2 boîtes de cœurs de palmier*
- *1 grande boîte de maïs*
- *6 oignons nouveaux*
- *3 poivrons rouges*
- *500 g de champignons de Paris très blancs*
- *250 g de crevettes décortiquées*
- *12 crevettes entières*
- *le jus de 2 citrons*
- *1 cuil. à entremets de sucre*
- *2 cuil. à soupe de vinaigre de xérès*
- *sel, poivre*

Pour la sauce

- *2 à 3 citrons verts*
- *10 cl d'huile d'olive*
- *tabasco*
- *sel, poivre*

1. Faites griller les poivrons sous le gril du four pendant 20 mn en les tournant d'un tiers de tour toutes les 7 mn. Pelez-les, épépinez-les et coupez-les en dés. Poudrez-les de sucre, arrosez-les de vinaigre et laissez-les macérer.

2. Épluchez les champignons de Paris, lavez-les, essuyez-les, coupez-les en lamelles, arrosez-les de jus de citron, salez-les et poivrez-les.

3. Épluchez les ananas et coupez-les en dés. Égouttez et rincez les cœurs de palmier et le maïs. Coupez les cœurs de palmier en rondelles. Épluchez les oignons, coupez-les en rondelles et défaites-les en anneaux.

4. Pressez les citrons verts, salez et poivrez leur jus, ajoutez quelques gouttes de tabasco, puis l'huile d'olive. Mélangez à la fourchette pour bien émulsionner la sauce.

5. Mélangez tous les ingrédients préparés ainsi que les crevettes décortiquées, et arrosez-les avec la sauce. Mélangez à nouveau et laissez macérer quelques instants.

6. Pour servir, mettez la salade dans une grande coupe et placez les crevettes entières à cheval sur le bord de la coupe, ou bien répartissez la salade dans des coupes individuelles et posez 1 crevette entière sur chacune.

• Conseil

Les ananas Victoria sont de petits ananas, beaucoup plus parfumés que les gros ananas de Côte d'Ivoire. Ils sont aussi plus chers, mais leur qualité justifie cette différence.

Salade fraîche à l'ananas

Coupes de carottes aux fruits

PRÉPARATION 20 MN

POUR 8 PERSONNES

- *8 carottes nouvelles*
- *2 pommes granny smith*
- *8 abricots*
- *3 petits oignons nouveaux*
- *2 cuil. à soupe de cerfeuil haché*
- *5 cuil. à soupe de jus de citron*
- *6 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *sel, poivre*

1. Épluchez les carottes, taillez-les en longues lanières avec un couteau économe. Pelez les pommes et coupez-les en dés. Arrosez-les avec 2 cuillerées à soupe de jus de citron. Lavez les abricots, dénoyautez-les et coupez-les en morceaux.

2. Disposez les légumes et les fruits dans une grande coupe ou dans des récipients individuels.

3. Pelez les oignons et hachez-les finement. Ajoutez le reste du jus de citron, salez et poivrez, mélangez et incorporez l'huile d'olive. Versez sur la salade peu de temps avant de servir. Parsemez de cerfeuil.

Salade de riz moulée

Préparation & Cuisson 40 mn • **Réfrigération** 4 h

Pour 12 personnes

- *1 petit poulet fumé*
- *300 g de riz à long grain*
- *100 g de riz sauvage*
- *125 g de raisins secs blonds*
- *125 g d'amandes effilées*
- *1/4 de boîte de petits pois à l'étuvée*
- *1/4 de boîte de maïs*
- *2 cuil. à soupe de cerfeuil haché*
- *1 cuil. à soupe d'estragon haché*
- *1 cuil. à soupe de persil plat haché*
- *2 jaunes d'œufs*
- *40 cl d'huile*
- *1 cuil. à soupe de moutarde forte*
- *3 cuil. à soupe de vinaigre de vin blanc*
- *1 cuil. à soupe de gelée instantanée*
- *sel, poivre*

Pour la garniture

- *12 œufs de caille*
- *6 tomates cerises*
- *6 olives noires*
- *quelques feuilles de salade*

1. Faites bouillir une grande casserole d'eau, salez-la, jetez-y le riz sauvage, laissez-le cuire 10 mn, puis ajoutez le riz blanc et laissez cuire 18 mn. Égouttez le riz cuit, passez-le sous l'eau froide et laissez-le refroidir.

2. Rincez les raisins et laissez-les gonfler dans un bol d'eau tiède.

3. Retirez la peau et les os du poulet fumé. Coupez la chair en petits dés. Égouttez les petits pois et le maïs.

4. Délayez la gelée avec 4 cuillerées à soupe d'eau et le vinaigre et portez à ébullition à feu doux en remuant. Préparez une mayonnaise avec les 2 jaunes d'œufs, la moutarde et l'huile. Lorsqu'elle est bien prise, ajoutez-y la gelée froide en continuant à fouetter, puis incorporez les fines herbes.

5. Mélangez le riz, le poulet, les petits pois, le maïs, les raisins égouttés, les amandes et les trois quarts de la mayonnaise. Tapissez un moule à soufflé de 24 cm avec du film alimentaire, en le laissant déborder largement. Versez la préparation dedans, tapez le moule plusieurs fois pour chasser l'air et combler les vides, rabattez le film par-dessus et laissez 4 h au réfrigérateur.

6. Quelques minutes avant de servir, plongez les œufs de caille dans une casserole d'eau bouillante, laissez-les cuire 3 mn, puis égouttez-les et rafraîchissez-les. Écalez-les délicatement lorsqu'ils sont froids et coupez-les en deux parallèlement à la longueur. Recoupez légèrement le blanc pour qu'ils soient bien stables. Coupez les tomates cerises en quatre et retirez les pépins. Coupez les olives en quatre. Tartinez chaque demi-œuf, côté jaune, d'un peu de mayonnaise et posez dessus un quart de tomate et un quart d'olive.

7. Retournez un plat de service sur le moule pour démouler la salade. Retirez le film, entourez avec les feuilles de salade coupées en lanières et les œufs garnis. Faites un décor sur le dessus avec quelques feuilles de cerfeuil ou d'estragon.

Fromages en habit

Fromages en habit

Préparation 30 mn

Pour 40 bouchées

- *5 fromages carrés demi-sel*
- *20 chèvretons (ou chèvretines) ronds de 35 mm de diamètre*
- *1 poignée de petits raisins de Corinthe*
- *12 olives noires*
- *25 g de cerneaux de noix*
- *1 bouquet de cerfeuil*
- *1 cuil. à soupe d'herbes de Provence*
- *1 cuil. à soupe de curry*
- *1 cuil. à soupe de paprika*
- *2 cuil. à soupe de poivre mignonnette*
- *1 cuil. à soupe de moutarde*
- *2 cuil. à soupe de cognac*
- *2 cuil. à soupe de miel liquide*

1. Passez les raisins sous l'eau courante pour les rincer et faites-les tremper dans le cognac. Hachez le cerfeuil. Dénoyautez les olives et hachez-les. Hachez grossièrement les noix et mélangez-les avec le miel.

2. Coupez les fromages demi-sel en quatre. Passez une face et le tour de 5 de ces petits carrés dans le cerfeuil. Passez de la même façon 5 autres petits carrés dans le curry et 5 autres dans le poivre mignonnette. Tartinez ensuite de moutarde une face des 5 derniers carrés, puis passez-les dans le paprika.

3. Passez 5 chèvretons dans les olives, en appuyant pour les faire adhérer et 5 autres dans le miel aux noix.

4. Égouttez les raisins. Piquez la surface de 5 chèvretons avec une fourchette et arrosez-les avec le cognac, puis garnissez-les de raisins en appuyant légèrement. Poivrez légèrement les 5 derniers chèvretons et roulez-les dans les herbes de Provence.

5. Disposez tous les fromages sur un plateau rustique, en alternant les formes et les couleurs, côté nu contre le plateau.

Pêches en gelée

Préparation & Cuisson 30 mn • **Réfrigération** 4 h au moins

Pour 8 coupes

- *8 pêches blanches*
- *50 cl de vin blanc liquoreux*
- *75 g de sucre*
- *3 cuil. à soupe de jus de citron*
- *4 feuilles de gélatine*
- *quelques branches de menthe*

1. Ébouillantez les pêches et pelez-les. Coupez-les en deux et dénoyautez-les. Rangez-les côte à côte dans une sauteuse, arrosez-les de jus de citron, versez le vin et complétez avec un peu d'eau pour les recouvrir. Poudrez de sucre, portez doucement à ébullition, puis réduisez le feu et laissez frémir 5 mn.

2. Prenez délicatement les pêches avec une écumoire et posez-les sur un plat. Laissez-les refroidir. Faites réduire leur jus de cuisson à feu vif, jusqu'à ce qu'il n'en reste plus que 50 cl.

3. Pendant ce temps, faites tremper la gélatine dans un bol d'eau froide, puis égouttez-la et faites-la fondre dans le jus réduit, hors du feu. Mélangez bien et laissez refroidir.

4. Déposez délicatement les pêches dans 8 coupes, arrosez-les avec leur jus de cuisson et laissez au frais pendant 4 h au moins pour laisser prendre la gelée.

5. Pour servir, décorez chaque coupe de feuilles de menthe.

• Conseil

Les grands chefs savent retirer le noyau d'une pêche sans l'ouvrir en deux et sans causer de dégâts... Question d'habileté et aussi d'entraînement ! Vous pouvez aussi utiliser des pêches de vigne pour réaliser cette recette. Dans ce cas, mettez plus ou moins de sucre selon le type de vin que vous employez. Il n'est pas nécessaire d'opter pour un grand cru comme le sauternes ; un loupiac sera tout à fait indiqué.

Pêches en gelée

Feuilleté aux nectarines

Préparation 45 mn • **Cuisson** 45 mn

Pour 8 portions

- *600 g de pâte feuilletée*
- *1 kg de nectarines*
- *80 g de beurre mou*
- *80 g de poudre d'amandes + 3 cuil. à soupe*
- *80 g de sucre + 2 cuil. à soupe*
- *1 œuf*
- *2 cuil. à soupe de fécule*
- *3 pincées de vanille en poudre*

Pour la dorure

- *1 jaune d'œuf*

1. Étalez la pâte feuilletée sur le plan de travail fariné et coupez-la en deux rectangles, l'un de 40 x 18 cm, l'autre de 35 x 13 cm.

2. Travaillez ensemble le beurre, 80 g de poudre d'amandes, 80 g de sucre, la vanille, la fécule et l'œuf. Déposez cette crème sur le plus grand des rectangles, en laissant une bordure libre de 2 cm tout autour.

3. Lavez les nectarines, essuyez-les et coupez-les en lamelles épaisses. Rangez-les sur la crème d'amande, poudrez-les avec 2 cuillerées à soupe de sucre mélangé avec 3 cuillerées à soupe de poudre d'amandes. Humectez les bords du rectangle. Posez le second rectangle sur les fruits, rabattez les bords du rectangle inférieur et pincez-les pour les souder.

4. Faites chauffer le four à 225 °C (th. 7). Humectez la tôle à pâtisserie. Battez le jaune d'œuf avec 1 cuillerée à soupe d'eau.

5. Déposez le dartois sur la tôle à pâtisserie. Badigeonnez-le de jaune d'œuf. Faites un trou à chaque tiers du couvercle et maintenez-le ouvert avec un peu d'aluminium roulé pour laisser la vapeur s'échapper. Mettez au four, laissez cuire 15 mn, puis réduisez la température à 170 °C (th. 5), et faites cuire encore 30 mn. Laissez refroidir sur une grille.

Feuilleté aux fruits d'été

Préparation 45 mn • **Cuisson** 45 mn

• Variante

- *500 g de pêches*
- *500 g d'abricots*
- *50 g de pistaches concassées*

• Vous pouvez réaliser cette même recette en remplaçant les nectarines par un mélange de pêches et d'abricots frais et les 3 cuillerées à soupe de poudre d'amandes par des pistaches concassées.
Pour cela, suivez les indications de la recette ci-dessus. Au point 3, plongez les pêches dans de l'eau bouillante et ne les laissez pas plus de 1 mn. Égouttez-les, pelez-les, coupez-les en deux, retirez-en les noyaux et coupez-les en lamelles épaisses. Lavez les abricots, essuyez-les, dénoyautez-les et coupez-les également en lamelles épaisses. Rangez ces lamelles de fruits sur la crème d'amande, poudrez-les avec 2 cuillerées à soupe de sucre mélangé avec les pistaches. Pour plus de facilité, déposez le grand rectangle de pâte directement sur la tôle humide, avant d'y mettre la garniture.

Feuilleté aux fruits d'été

Baklava

Préparation 1 h • **Cuisson** 1 h • **Repos** 6 h

Pour 25 parts

- *500 g de pâte filo*
- *250 g de beurre*
- *400 g de poudre d'amandes*
- *200 g de sucre semoule*
- *50 g de chapelure*
- *1 cuil. à soupe de cannelle en poudre*

Pour le sirop

- *500 g de sucre*
- *250 g de miel*
- *1 citron*
- *1 bâton de cannelle*

1. Mélangez les amandes, le sucre, la cannelle et la chapelure. Faites fondre le beurre et filtrez-le. Beurrez un plat à feu d'environ 20 x 32 cm.

2. Coupez les feuilles de filo à la dimension du plat. Superposez 6 feuilles dans le plat, en les beurrant une à une avec un pinceau. Étalez dessus la moitié de la préparation aux amandes. Recouvrez avec 5 feuilles de pâte en les beurrant une à une. Étalez dessus le reste de la préparation aux amandes. Recouvrez avec 8 feuilles de pâte, toujours en les beurrant une à une.

3. Badigeonnez largement le baklava de beurre. Entaillez les feuilles du dessus en diagonale dans les deux sens pour obtenir des losanges de 5 cm de côté sans aller jusqu'à la farce.

4. Aspergez le plat avec un peu d'eau et faites cuire 1 h au four à 200 °C (th. 6). Laissez refroidir.

5. Préparez le sirop : pressez le citron. Faites bouillir le jus obtenu, le sucre, le miel, la cannelle et 50 cl d'eau pendant 10 mn. Retirez la cannelle et versez le sirop chaud sur le baklava. Laissez reposer 6 h.

Charlotte aux abricots

Préparation & Cuisson 30 mn • **Réfrigération** 8 h

Pour 6 à 8 personnes

- *500 g de quatre-quarts*
- *700 g d'abricots*
- *1 orange*
- *6 petits-suisses*
- *20 cl de crème fraîche épaisse*
- *75 g de sucre*
- *3 cuil. à soupe de confiture d'abricots*
- *1/2 cuil. à café d'extrait d'amande amère*
- *4 feuilles de gélatine*
- *2 cuil. à soupe de kirsch*

Pour le moule

- *2 cuil. à soupe de sucre*

1. Mettez la gélatine à tremper dans un bol d'eau froide pendant 5 mn. Pressez l'orange et faites chauffer le jus. Égouttez la gélatine et faites-la fondre dans le jus d'orange, hors du feu, en mélangeant.

2. Travaillez les petits-suisses avec la crème fraîche, 50 g de sucre, la confiture d'abricots, le kirsch et l'extrait d'amande amère, puis incorporez la gélatine.

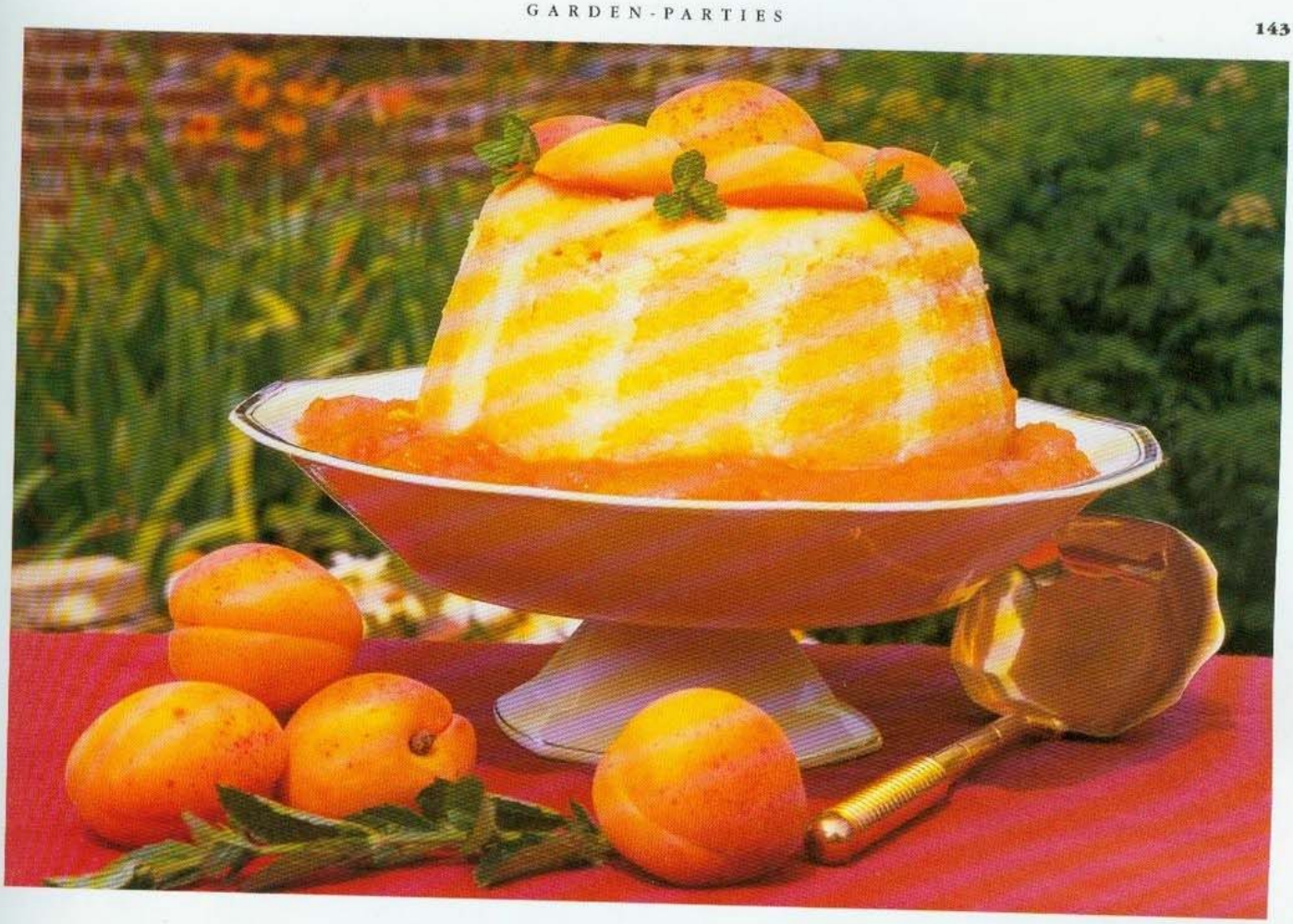
3. Mettez quelques abricots de côté pour la décoration. Lavez les autres abricots, coupez-les en deux et dénoyautez-les. Poudrez-les du reste du sucre.

4. Beurrez un moule à charlotte, puis poudrez-le de sucre. Coupez le quatre-quarts en tranches. Tapissez la paroi et le fond du moule avec des tranches de quatre-quarts. Remplissez le moule en faisant alterner des couches de crème, de quatre-quarts et d'abricots. Terminez par une couche de quatre-quarts. Posez une assiette sur le moule, surmontez-la d'un poids et laissez 8 h au réfrigérateur.

5. Démoulez la charlotte et décorez-la avec les abricots mis de côté.

• Conseil

Vous pouvez accompagner la charlotte d'une compote d'abricots.



Charlotte aux abricots

Couronne aux fraises

PRÉPARATION 40 MN • **CUISSON** 30 MN • **RÉFRIGÉRATION** 2 H

POUR 6 PERSONNES

Pour le biscuit

- *125 g de farine*
- *150 g de sucre*
- *3 œufs*
- *50 g de beurre fondu*
- *3 cuil. à soupe de lait*
- *1 cuil. à café de levure alsacienne*

Pour la garniture

- *250 g de coulis de fraises*
- *125 g de petites fraises*
- *le zeste et le jus de 1 orange*
- *100 g de sucre*
- *2 feuilles de gélatine*
- *10 cl de crème Chantilly*
- *2 cuil. à soupe de rhum*

1. Préparez le biscuit : cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Travaillez les jaunes avec le sucre. Ajoutez le lait chaud, la farine, la levure et le beurre fondu, puis les blancs d'œufs battus en neige. Faites cuire 30 mn au four à 170 °C (th. 5) dans un moule en couronne beurré.

2. Faites ramollir la gélatine dans de l'eau froide, puis faites-la dissoudre dans le coulis de fraises tiède.

3. Faites bouillir 10 mn 50 cl d'eau avec le zeste et le jus de l'orange et 100 g de sucre. Ajoutez le rhum.

4. Démoulez la couronne, puis remettez-la dans le moule. Arrosez-la peu à peu avec le sirop.

5. Mélangez la crème Chantilly au coulis de fraises et gardez cette mousse au réfrigérateur pendant 2 h.

6. Pour servir, démoulez la couronne sur un plat, emplissez le centre avec la mousse et décorez avec les fraises.

Coupes andalouses

Préparation 20 mn

Pour 8 personnes

- *1 gros melon d'Espagne*
- *2 grappes de raisin*
- *2 grenades*
- *1 citron*
- *1 orange*
- *4 cuil. à soupe de sucre*
- *10 cl de bon rhum blanc*

1. Coupez le melon en deux, retirez les pépins, coupez la chair en dés réguliers. Lavez le raisin et détachez les grains. Coupez les grenades en deux et retirez les graines à l'aide d'une cuillère à pamplemousse.

2. Lavez et brossez le citron et l'orange sous l'eau tiède. Essuyez-les. Prélevez la moitié du zeste de chaque fruit avec un couteau zesteur. Pressez ces fruits.

3. Ajoutez le sucre et le rhum aux jus des agrumes. Mélangez dans un saladier les dés de melon, les grains de raisin et les graines de grenade. Parsemez-les avec les zestes d'orange et de citron, arrosez avec la préparation sucrée et laissez au réfrigérateur.

4. Pour servir, répartissez la préparation dans des coupes individuelles ou présentez-la dans un grand saladier.

Salade roussillonnaise

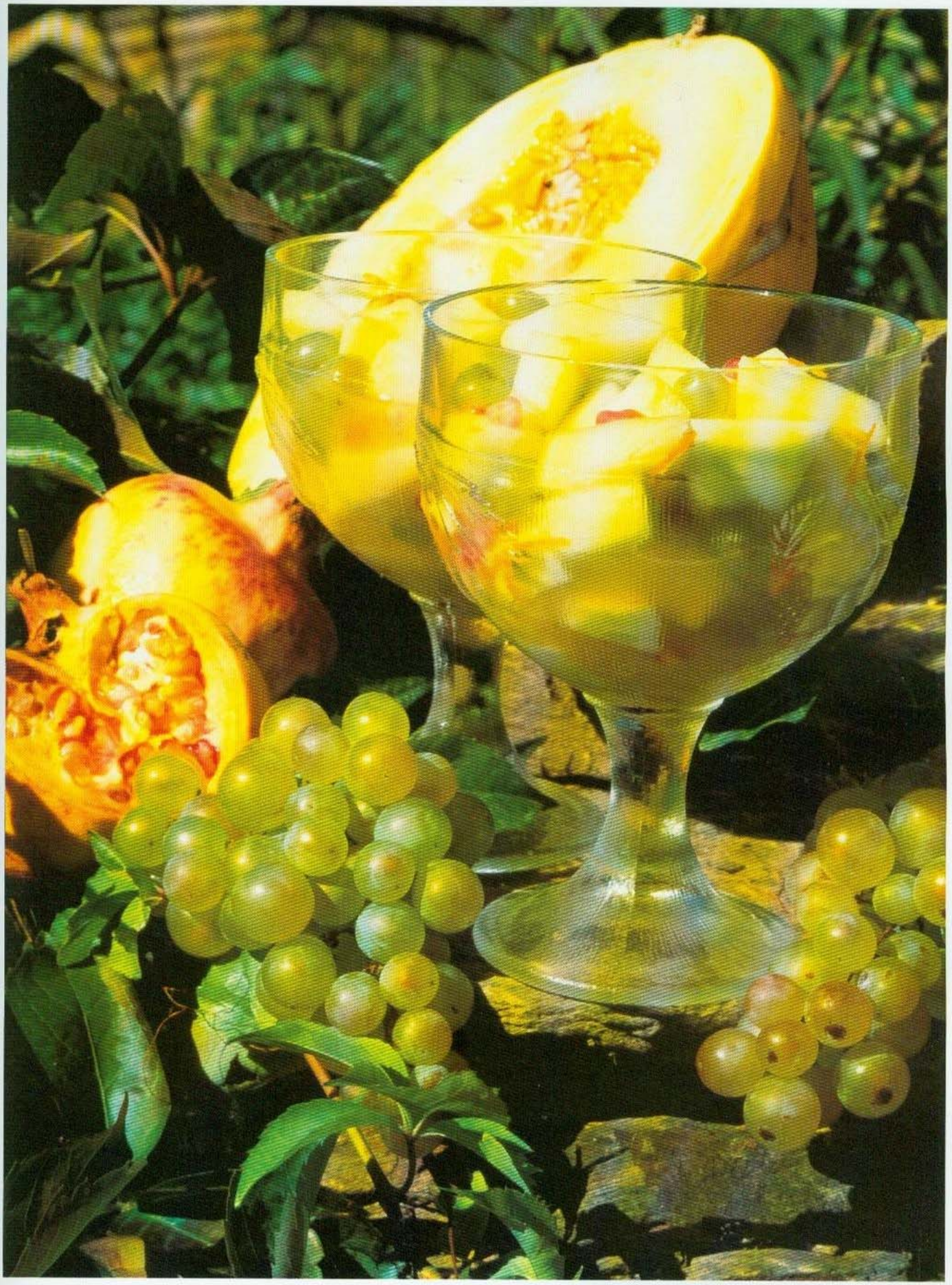
Préparation 30 mn • **Macération** 1 h

Pour 8 personnes

- *1 melon*
- *1 quartier de pastèque*
- *2 pêches jaunes*
- *2 pêches blanches*
- *250 g de fraises*
- *1 grappe de raisin blanc*
- *1 grappe de raisin noir*
- *2 sachets de sucre vanillé*
- *25 cl de muscat de Frontignan*
- *1 cuil. à soupe de jus de citron*
- *poivre*

1. Prélevez la chair du melon et de la pastèque en boules avec une cuillère à racines. Pelez les pêches, coupez-les en dés et arrosez-les de jus de citron. Lavez les fraises et équeutez-les. Lavez les raisins et égrenez-les.

2. Mettez tous les fruits dans une grande jatte. Poivrez légèrement. Poudrez de sucre vanillé, arrosez avec le muscat et laissez macérer au moins 1 h. Servez dans une grande coupe ou dans des coupes individuelles.



Coupes andalouses

Pastèque garnie

Préparation 30 mn • **Réfrigération** 2 h

Pour 8 personnes

- *1 pastèque bien mûre d'environ 3 kg*
- *1 melon*
- *300 g de groseilles*
- *100 g de sucre*
- *20 cl de vin doux naturel*
- *1 cuil. à soupe de jus de citron*
- *poivre*

1. Coupez la pastèque en deux, en dents de scie. Retirez la chair, coupez-la en dés, en éliminant les pépins. Mettez les écorces de pastèque au réfrigérateur.

2. Rincez les groseilles et égrappez-les. Mettez-les dans un saladier avec les dés de pastèque.

3. Coupez le melon en deux, ôtez-en les graines, prélevez la chair en boules avec une cuillère à racines. Ajoutez ces boules aux autres fruits. Poivrez légèrement.

4. Poudrez les fruits avec le sucre, arrosez-les avec le vin doux et ajoutez le jus de citron. Laissez macérer au frais pendant au moins 2 h.

5. Pour servir, emplissez les deux écorces de la pastèque avec les fruits, et arrosez ceux-ci avec le jus.

Crèmes au four aux abricots

Préparation 20 mn • **Cuisson** 45 mn

Pour 8 crèmes

- *600 g d'abricots*
- *200 g de sucre*
- *80 cl de lait*
- *8 œufs*
- *1 gousse de vanille + 3 pincées de vanille en poudre*

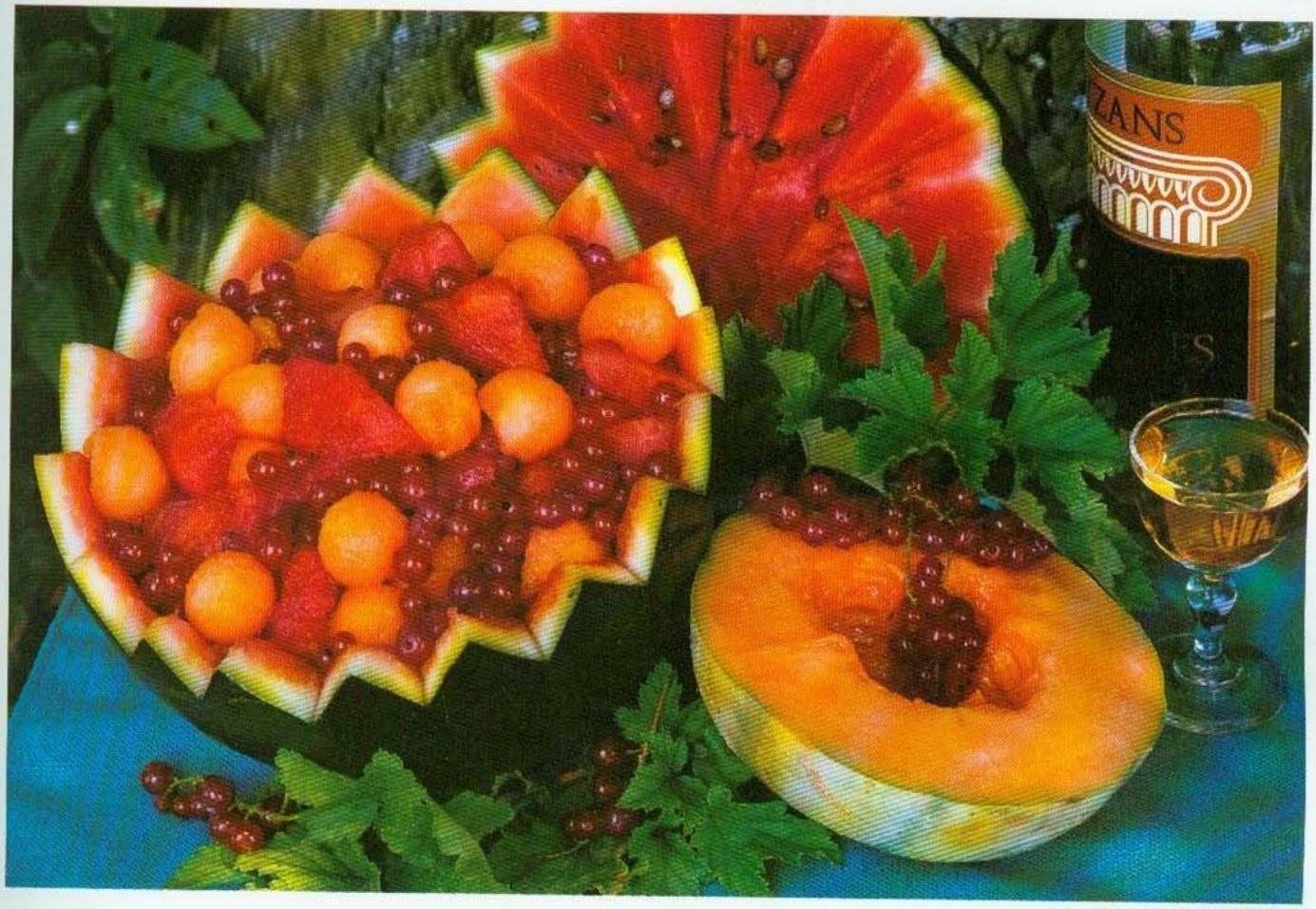
1. Lavez les abricots, dénoyautez-les, faites-les cuire 20 mn à feu doux avec 50 g de sucre et 3 cuillerées à soupe d'eau.

2. Faites bouillir le lait avec la gousse de vanille fendue et le reste du sucre. Fouettez les œufs, arrosez-les avec le lait bouillant en remuant.

3. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6). Préparez un bain-marie. Beurrez 8 jolis ramequins.

4. Passez les abricots au mixeur et ajoutez-y la vanille en poudre. Incorporez cette compote au mélange d'œufs et de lait. Répartissez cette préparation dans les ramequins.

5. Placez les ramequins dans le bain-marie non bouillant et faites cuire au four pendant 25 mn. Laissez refroidir hors du bain-marie, puis mettez les ramequins au réfrigérateur. Servez très frais, éventuellement avec de la crème Chantilly.



Pastèque garnie

Salade de fraises à l'orange

PRÉPARATION 20 MN • **MACÉRATION** 1 H 30

POUR 8 PERSONNES

- *1 kg de fraises*
- *400 g de framboises*
- *6 oranges*
- *300 g de sucre*
- *30 cl de vin rosé d'Anjou*
- *10 cl de Grand Marnier*

1. Pressez 2 oranges. Mettez les framboises dans une jatte, poudrez-les de sucre, arrosez avec le vin, le jus des oranges et le Grand Marnier. Couvrez et laissez macérer pendant 1 h 30.

2. Brossez les autres oranges sous l'eau courante, essuyez-les, cannelez-les avec la pointe d'un couteau économe et coupez-les en rondelles fines. Tapissez-en le tour d'une grande coupe en verre.

3. Lavez les fraises et équeutez-les.

4. Égouttez les framboises et mettez-les dans la coupe. Disposez les fraises par-dessus en formant un dôme. Arrosez avec la macération des framboises. Servez frais.

Jus de carotte

Préparation 10 mn

Pour env. 75 cl de jus

- *1 kg de carottes*
- *3 branches de céleri*
- *6 cuil. à soupe de jus de citron*
- *sel au céleri*

1. Grattez les carottes, ôtez-en largement le collet (côté des fanes), lavez-les et essuyez-les. Rincez le céleri. Passez ces légumes à la centrifugeuse.

2. Salez le jus obtenu avec du sel au céleri, ajoutez le jus de citron et mélangez. Servez le plus rapidement possible.

Jus de légumes

Préparation 15 mn

Pour env. 80 cl de jus

- *4 tomates*
- *250 g de carottes*
- *1 concombre*
- *3 cuil. à soupe de jus de citron*
- *sel au céleri*
- *poivre*
- *quelques branches de menthe*

1. Lavez les tomates, ôtez-en le pédoncule et coupez-les en morceaux. Grattez les carottes, ôtez-en largement le collet (côté des fanes), lavez-les, essuyez-les. Pelez le concombre et coupez-le en tronçons.

2. Passez tous les légumes à la centrifugeuse. Assaisonnez avec le jus de citron, du sel au céleri et un peu de poivre.

3. Pour servir, décorez les verres avec des brins de menthe.

• Conseil

Cette boisson, comme toutes les boissons à base de légumes et de fruits frais, est à consommer rapidement, car elle s'oxyde à l'air. Goûtez au fur et à mesure que vous assaisonnez car tout dépend en premier de la saveur de chaque ingrédient.

Cocktails de légumes

Jus de pomme

Préparation 15 mn

Pour env. 80 cl de jus

- *1 kg de pommes granny smith, cox orange ou brayburn*
- *7 à 8 citrons*
- *3 yaourts*
- *4 cuil. à café de miel*

1. Pressez les citrons, pelez les pommes, coupez-les en morceaux, retirez le cœur et passez-les à la centrifugeuse.

2. Mesurez le jus. Ajoutez, pour 10 cl de jus obtenu, 2 cuillerées à soupe de jus de citron, 1/2 cuillerée à café de miel et 1 cuillerée à soupe de yaourt. Mélangez vivement.

• Conseil

Vous pouvez aussi mélanger pommes et carottes, mettre la même quantité d'eau, ajouter citron et miel et omettre le yaourt.

Pâté de verdure

Préparation 1 h • **Cuisson** 2 h 10

Pour 12 portions

- *18 feuilles de pâte filo*
- *1,250 kg d'épinards*
- *2 bottes d'oignons nouveaux*
- *1 gros bouquet d'aneth*
- *1/2 bouquet de persil plat*
- *200 g de feta (fromage de brebis grec)*
- *200 g de beurre*
- *5 œufs*
- *25 cl de lait*
- *1 cuil. à café de cannelle*
- *2 pincées de girofle en poudre*
- *3 pincées de noix muscade*
- *1 cuil. à soupe de sucre*
- *sel, poivre*

1. Ôtez les tiges des épinards, lavez-les, égouttez-les, coupez-les en lanières fines, salez-les, mélangez et laissez reposer.

2. Rincez l'aneth et le persil et hachez-les. Épluchez les oignons, hachez les bulbes et la moitié des tiges vertes. Faites juste blondir les bulbes des oignons avec 40 g de beurre.

3. Pressez fortement les épinards entre vos mains pour en extraire le maximum d'eau.

4. Ajoutez aux oignons blonds les tiges vertes hachées, les épinards, l'aneth, le persil, le sucre, la cannelle, le girofle, la noix muscade et un peu de sel. Mélangez, couvrez et laissez cuire doucement pendant 1 h. Remuez de temps à autre et retirez le couvercle 15 mn avant la fin de la cuisson pour que tout le liquide s'évapore. Laissez tiédir.

5. Faites chauffer le four à 170 °C (th. 5). Faites fondre le reste du beurre, puis filtrez-le au-dessus d'une tasse pour éliminer le dépôt blanc.

6. Beurrez un plat rectangulaire d'environ 32 x 20 cm. Découpez les feuilles de filo aux dimensions du plat. Superposez 9 feuilles dans le plat, en beurrant le dessus de chacune d'elles avec un pinceau.

7. Battez les œufs avec le lait et ajoutez-les aux épinards. Émiettez le fromage dessus et mélangez bien. Versez dans le plat, égalisez la surface, recouvrez avec 9 autres feuilles de filo en les beurrant au fur et à mesure. À l'aide d'un couteau pointu, entaillez légèrement le dessus en deux parallèlement à la longueur et en quatre parallèlement à la largeur.

8. Mettez au four et laissez cuire pendant 1 h, jusqu'à ce que le dessus ait pris une belle couleur dorée. Laissez refroidir et servez directement dans le plat de cuisson.

• Conseil

La pâte filo est la pâte feuilletée grecque. Elle s'achète dans les boutiques de produits orientaux.

Pâté de verdure

Jambonneaux à la bourguignonne

Préparation 40 mn • **Dessalage** 24 à 48 h • **Cuisson** 3 h 30 • **Réfrigération** 24 h

Pour 8 à 10 personnes

- *2 jambonneaux demi-sel*
- *1 pied de veau*
- *75 cl de vin blanc*
- *3 carottes*
- *2 branches de céleri*
- *2 oignons*
- *6 gousses d'ail*
- *3 échalotes*
- *1 gros bouquet de persil plat*
- *2 branches de thym*
- *2 feuilles de laurier*
- *3 clous de girofle*
- *2 cuil. à soupe de câpres*
- *3 cornichons*
- *1/2 cuil. à café de poivre en grains*
- *1/2 cuil. à café de piment de la Jamaïque*
- *3 cuil. à soupe de vinaigre de vin blanc*
- *sel*

1. Faites dessaler les jambonneaux dans une grande bassine d'eau froide, de 24 à 48 h selon les conseils du charcutier, en renouvelant l'eau plusieurs fois.

2. Mettez le pied de veau dans une casserole d'eau froide, portez lentement à ébullition et laissez frémir 15 mn. Égouttez le pied de veau, rafraîchissez-le et laissez-le refroidir.

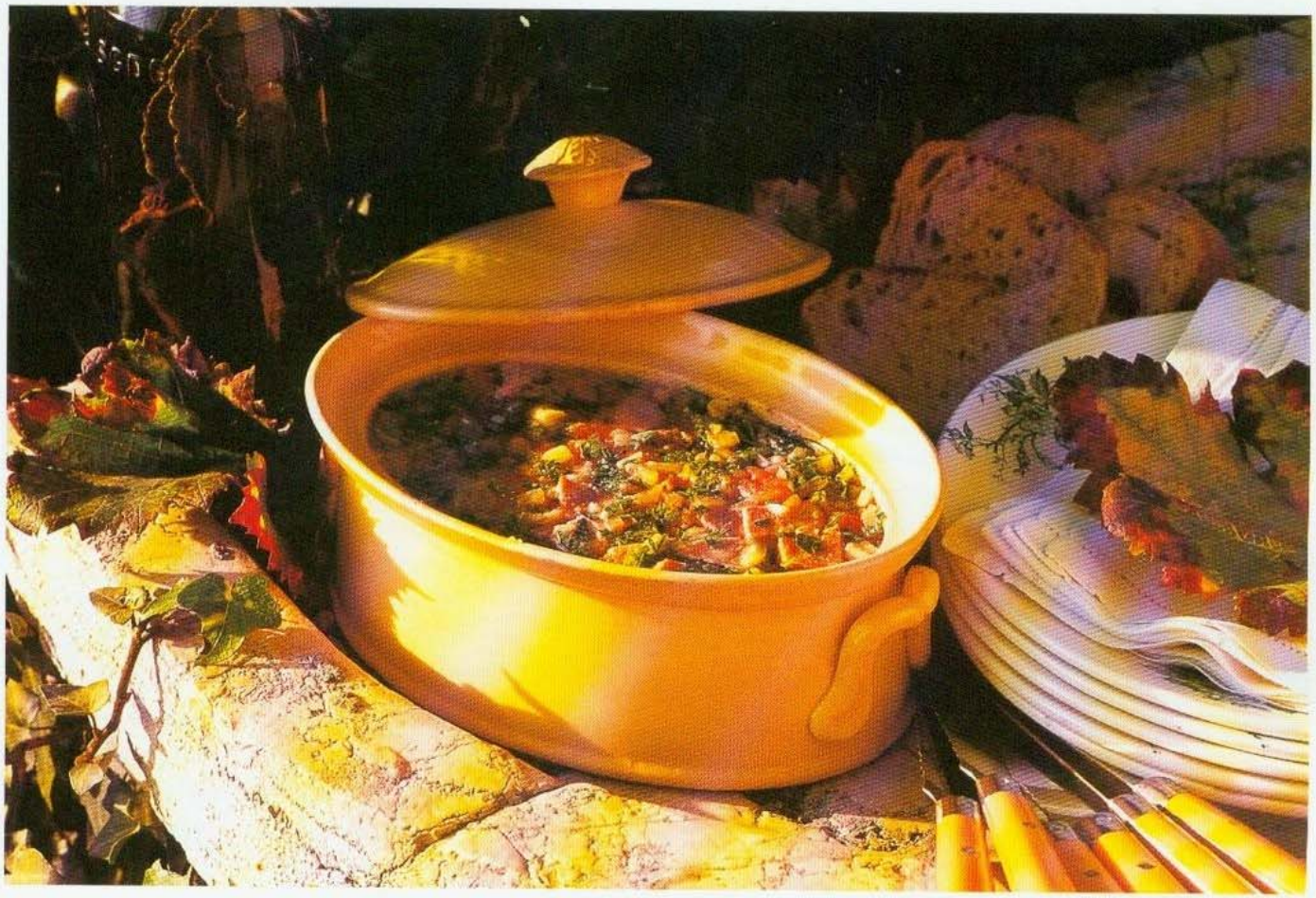
3. Mettez les jambonneaux dans une marmite avec les oignons épluchés, les clous de girofle, 2 gousses d'ail épluchées, le poivre en grains, le piment de la Jamaïque, le thym, le laurier, 3 branches de persil, le pied de veau et le vin blanc. Complétez avec de l'eau pour que le liquide arrive à hauteur de la viande. Portez doucement à ébullition, ajoutez le céleri, laissez frémir 2 heures, salez, ajoutez les carottes entières pelées et laissez cuire encore 1 h.

4. Égouttez les jambonneaux et le pied de veau et laissez-les tiédir. Mettez les carottes à part. Filtrez le bouillon de cuisson et faites-le réduire jusqu'à 75 cl. Ajoutez le vinaigre de vin blanc. Laissez refroidir.

5. Ôtez la couenne et la graisse des jambonneaux. Coupez la chair en dés. Désossez le pied de veau, coupez la chair en dés. Mélangez jambonneau, pied de veau, 4 gousses d'ail, le reste du persil et les échalotes hachés, les câpres, les cornichons hachés et les carottes coupées en petits dés. Versez le tout dans une terrine, arrosez avec le bouillon réduit, laissez au moins 24 h au réfrigérateur.

• Variante

• Vous pouvez réaliser la même recette en remplaçant les jambonneaux par un poulet prêt à cuire de 1,8 kg (avec les abattis à part) et le pied de veau par 3 feuilles de gélatine. Pour cela, au point 3, mettez les abattis du poulet dans la marmite avec les oignons, le girofle, 2 gousses d'ail, le poivre en grains, le piment, le thym, le laurier, 3 branches de persil, le vin blanc et ajoutez 50 cl d'eau. Salez et portez à ébullition. Ajoutez le poulet, le céleri et les carottes. Couvrez et laissez frémir 1 h 30. Égouttez le poulet et laissez-le tiédir. Mettez les carottes à part. Filtrez le bouillon et faites-le réduire jusqu'à 75 cl. Dégraissez-le. Faites tremper la gélatine 5 mn dans de l'eau froide. Égouttez-la et ajoutez-la au bouillon encore chaud. Mélangez jusqu'à ce quelle soit bien fondue. Ajoutez le vinaigre et laissez refroidir. Ôtez la peau du poulet, désossez-le et coupez la chair en dés. Ajoutez le reste des aromates et des condiments hachés, les carottes coupées en petits dés et la gelée préparée.



Jambonneaux à la bourguignonne

Gougères

Pour environ 20 choux

- *125 g de gruyère non râpé*
- *100 g de beurre*
- *150 g de farine*
- *4 œufs*
- *sel, poivre*

Préparation 30 mn • **Cuisson** 40 mn

1. Faites chauffer le four à 230 °C (th. 7). Beurrez la tôle à pâtisserie et farinez-la légèrement. Coupez le gruyère en deux. Râpez-en une moitié, coupez l'autre en petits dés.

2. Faites bouillir 25 cl d'eau avec le beurre et 2 pincées de sel. Hors du feu, ajoutez la farine, mélangez, remettez sur le feu et remuez avec une spatule jusqu'à ce que la pâte se détache de la paroi. Retirez à nouveau la casserole du feu et ajoutez peu à peu, par petites quantités et en alternant, les œufs, les deux tiers des dés de gruyère, le gruyère râpé et du poivre.

3. À l'aide de deux cuillères à soupe trempées dans de l'eau chaude, déposez la pâte par petits tas sur la tôle, en les espaçant. Déposez le reste des dés de gruyère sur les choux. Faites cuire au four de 15 à 20 mn et laissez ensuite refroidir sur une grille.

Pasticcio

PRÉPARATION 45 MN • **CUISSON** 45 MN

POUR 8 À 10 PARTS

- *700 g de viande hachée*
- *300 g de macaronis*
- *3 œufs*
- *150 g de beurre*
- *150 g de gruyère râpé*
- *1/2 boîte de tomates pelées*
- *2 oignons*
- *1 gousse d'ail*
- *2 cuil. à soupe de persil plat haché*
- *70 cl de lait*
- *10 cl de vin blanc sec*
- *60 g de farine*
- *noix muscade*
- *2 pincées de sucre*
- *sel, poivre*

1. Pelez les oignons et l'ail et hachez-les. Hachez les tomates. Faites revenir les oignons et la viande avec 40 g de beurre en les écrasant. Ajoutez les tomates, l'ail, le persil et le vin. Salez, poivrez et sucrez. Couvrez et laissez cuire à feu moyen pendant 15 mn, jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de liquide.

2. Préparez une sauce béchamel : faites fondre 60 g de beurre dans une casserole, ajoutez la farine, arrosez avec le lait et portez à ébullition en remuant. Laissez cuire 5 mn à feu doux. Laissez tiédir avant d'ajouter 2 ou 3 pincées de noix muscade, 2 œufs et 1 jaune et la moitié du gruyère.

3. Faites cuire les macaronis *al dente* dans de l'eau bouillante salée. Faites chauffer le four à 170 °C (th. 5). Beurrez largement un plat rectangulaire.

4. Égouttez les pâtes et incorporez-y le reste du beurre. Versez-en la moitié dans le plat beurré. Ajoutez le blanc d'œuf à la farce à la viande, étalez celle-ci sur les macaronis, recouvrez avec le reste des pâtes et la moitié du reste du fromage. Nappez de sauce, parsemez du reste du fromage, mettez au four et laissez cuire 45 mn, jusqu'à ce que le dessus soit bien doré. Servez chaud, tiède ou froid.

Salade de coudes multicolores

PRÉPARATION 20 MN • **CUISSON** 10 MN

POUR 10 PERSONNES

- *300 g de coudes rayés multicolores*
- *200 g de jambon de Paris*
- *200 g de galantine aux olives*
- *150 g de comté fruité*
- *150 g de mimolette vieille*
- *4 côtes de céleri*
- *6 branches de persil plat*
- *1 bouquet de cerfeuil*
- *20 cl de crème liquide à 15 %*
- *1 cuil. à soupe de Savora*
- *2 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *sel, poivre*

1. Faites bouillir une grande casserole d'eau. Salez-la, plongez-y les pâtes et faites-les cuire de 8 à 10 mn à partir de la reprise de l'ébullition. Égouttez-les et mettez-les dans un grand récipient. Arrosez-les immédiatement avec l'huile et mélangez.

2. Coupez le jambon, la galantine, le comté et la mimolette en bâtonnets fins à peu près de la même longueur que les pâtes. Effilez les côtes de céleri et coupez-les en lamelles. Ajoutez ces ingrédients aux pâtes.

3. Salez et poivrez la crème. Mélangez-la avec la Savora. Versez sur la salade. Poivrez largement et mélangez bien, sans écraser les ingrédients. Lavez le persil et le cerfeuil et hachez-les finement. Ajoutez-les à la salade et mélangez à nouveau.

Pounti auvergnat

Pounti auvergnat

PRÉPARATION 30 MN • **CUISSON** 1 H

POUR 10 PERSONNES

- *500 g de feuilles de bettes*
- *150 g de lard fumé*
- *150 g de lard frais*
- *250 g de farine*
- *50 cl de lait*
- *5 œufs*
- *300 g de pruneaux dénoyautés*
- *2 oignons*
- *1 bouquet de persil plat*
- *1 bouquet de ciboulette*
- *sel, poivre*

1. Lavez les feuilles de bettes et étalez-les sur un linge pour les sécher. Ôtez la couenne et le cartilage du lard. Pelez les oignons. Rincez le persil et la ciboulette et épongez-les. Effeuillez le persil. Hachez finement tous ces ingrédients.

2. Faites chauffer le four à 170 °C (th. 5). Beurrez un grand moule en couronne.

3. Mélangez la farine, le lait et les œufs dans une jatte. Salez et poivrez abondamment. Incorporez le hachis précédent, puis ajoutez les pruneaux.

4. Versez la préparation dans le moule beurré, mettez au four et laissez cuire pendant 1 h.

5. Laissez refroidir le pounti dans son moule. Démoulez-le et découpez-le en tranches avant de le porter sur le buffet.

MEDIATHEQUE
1, Rue de [illegible]
[illegible] LA [illegible]

Carré de porc farci

Préparation 45 mn • **Marinade** 48 h • **Réfrigération** 2 h • **Cuisson** 2 h

Pour 8 personnes

- *1,5 kg de carré de porc non désossé*
- *100 g de mousse de foie gras*
- *10 à 12 pruneaux dénoyautés*
- *2 tablettes de bouillon de volaille*
- *2 feuilles de gélatine*
- *3 cuil. à soupe de madère*
- *quelques gouttes de tabasco*

Pour la marinade

- *75 cl de cidre brut*
- *1 branche de céleri*
- *1 carotte*
- *1 oignon*
- *3 clous de girofle*
- *1 anis étoilé*
- *1 bâton de cannelle*
- *1 cuil. à café de poivre en grains*
- *1 cuil. à café de gros sel*

Pour le décor

- *1/2 poivron rouge*
- *quelques cornichons*
- *olives noires*

1. Faites mariner la viande dans le cidre avec l'anis étoilé, le bâton de cannelle, le poivre en grains, les clous de girofle, la branche de céleri, le gros sel, la carotte et l'oignon coupés en morceaux pendant 48 h.

2. Lorsque la marinade est achevée, farcissez les pruneaux avec la mousse de foie gras. Égouttez la viande, creusez un tunnel de bout en bout avec une broche et élargissez-le avec un couteau. Farcissez-la avec les pruneaux.

3. Enveloppez le carré de porc dans un linge, ficelez les extrémités, mettez-le dans une cocotte, couvrez-le avec la marinade filtrée et ajoutez suffisamment d'eau pour qu'il soit totalement recouvert. Portez doucement à ébullition, ajoutez les tablettes de bouillon, couvrez et laissez cuire 2 h à petits frémissements. Laissez refroidir dans le bouillon.

4. Prélevez 50 cl du bouillon de cuisson encore chaud, filtrez-le, faites-y fondre la gélatine, ajoutez le madère et le tabasco. Laissez refroidir.

5. Égouttez la viande, sortez-la du linge, dégagez un peu le haut des os. Lustrez deux fois avec la gelée préparée en laissant prendre chaque couche. Décorez avec des losanges de poivron rouge, des cornichons taillés en éventail et des olives, recouvrez-les de gelée et laissez prendre 2 h au réfrigérateur.

Carré de porc farci

Œufs farcis

Préparation 40 mn • **Cuisson** 15 mn

Pour 32 œufs farcis

- *16 œufs*

1.

- *2 cuil. à soupe de sauce tartare*
- *1 cuil. à soupe de câpres*
- *30 g d'épinards hachés surgelés en tablettes ou en boulets*

2.

- *2 cuil. à soupe de mayonnaise*
- *1 cuil. à café de ketchup*
- *100 g de surimi ou de chair de crabe*
- *1 cuil. à café de cognac*

3.

- *1 avocat mûr à point*
- *quelques gouttes de tabasco*
- *1 cuil. à soupe de jus de citron vert*
- *sel*

4.

- *1 petit pot de tapenade*
- *crème fraîche*

1. Mettez les œufs dans une casserole d'eau froide et laissez-les cuire 15 mn à feu moyen. Égouttez-les, passez-les sous l'eau froide, entrechoquez-les doucement pour briser la coquille à un ou deux endroits pour faciliter l'écalage et laissez-les refroidir dans une bassine d'eau froide.

2. Écalez les œufs durs en commençant par le bout rond. Coupez-en la moitié en deux, parallèlement à la longueur. Retirez les jaunes. Préparez l'autre moitié en dents de loup : pour cela, coupez les deux extrémités pour qu'elles soient bien planes, coupez les œufs au milieu, avec la pointe d'un petit couteau, en formant des dents de scie, séparez les deux moitiés et retirez le jaune.

3. Écrasez 4 jaunes d'œufs avec une fourchette et incorporez-y la sauce tartare, les câpres hachées et les épinards dégelés. Vérifiez l'assaisonnement et emplissez largement 8 demi-œufs en formant un dôme.

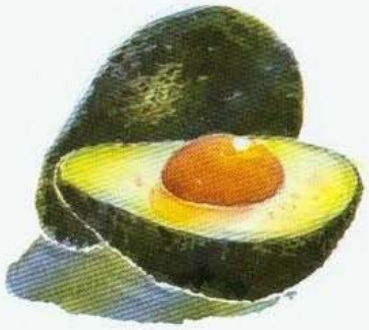
4. Écrasez 4 jaunes d'œufs à la fourchette et incorporez-y la mayonnaise, le ketchup, le surimi émietté ou la chair de crabe et le cognac. Emplissez-en 8 demi-œufs en formant un dôme.

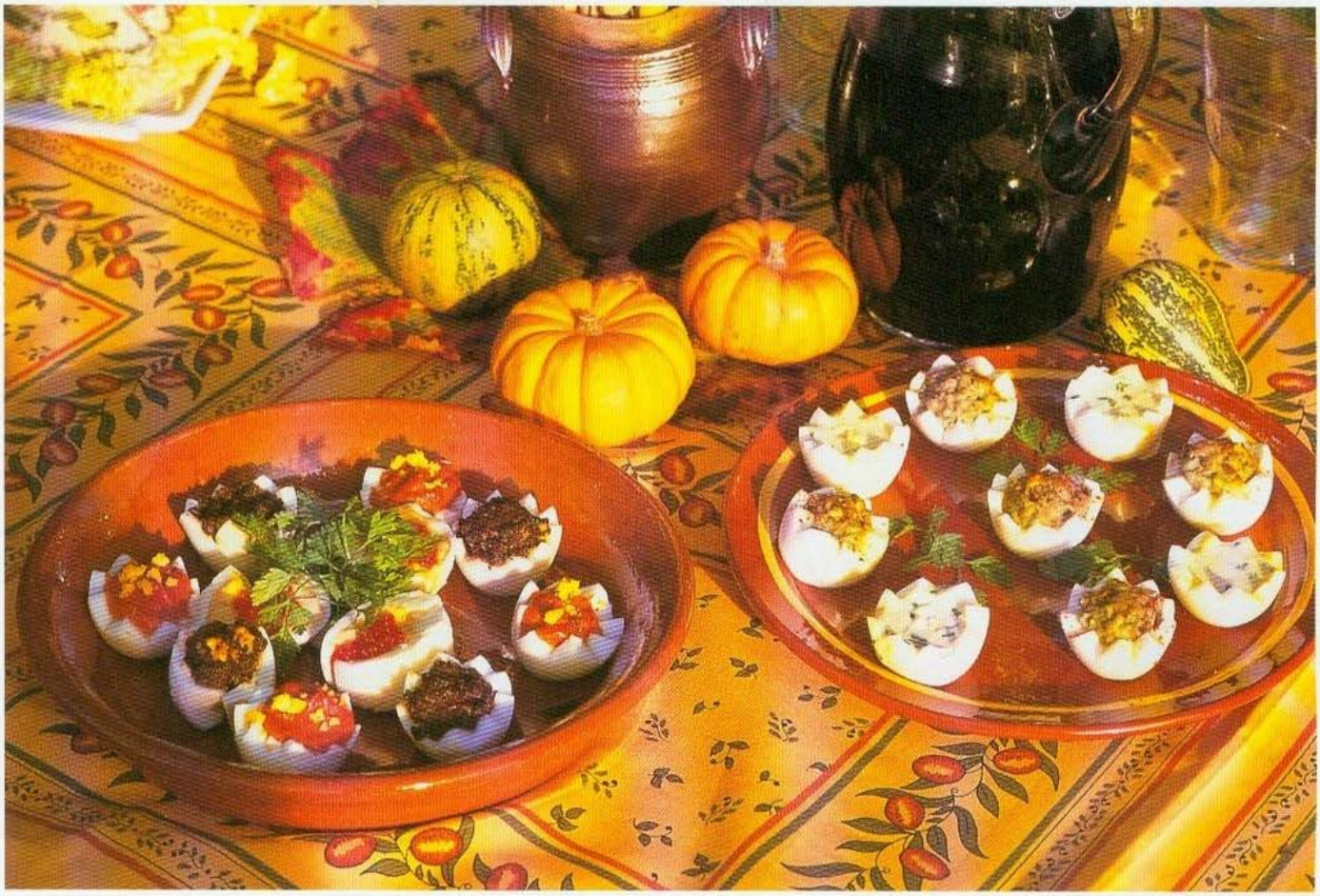
5. Pelez l'avocat, coupez-le en deux et ôtez-en le noyau. Arrosez la chair avec le jus de citron et écrasez-la à la fourchette. Ajoutez le tabasco, du sel et 4 jaunes d'œufs. Travaillez bien le tout et emplissez-en 8 demi-œufs en formant un dôme.

6. Travaillez 4 jaunes d'œufs avec 4 cuillerées à café de tapenade. Goûtez et modifiez en fonction du sel et de l'arôme de la tapenade, en rajoutant de la tapenade ou en adoucissant avec un peu de crème fraîche. Emplissez 8 demi-œufs avec ce mélange, en formant un dôme.

• Conseil

Une fois farcis, les œufs peuvent être décorés de toutes sortes de garnitures : œufs de lump, de truite ou de saumon, brin d'herbe, dé de tomate, lanière de poivron vert ou rouge, morceau d'olive ou de jaune d'œuf dur passé au tamis.





Œufs farcis

Tomates aux crevettes

Préparation 15 mn

Pour 8 tomates

- *8 tomates*
- *150 g de petites crevettes décortiquées*
- *2 œufs durs*
- *3 cuil. à soupe de mayonnaise légère*
- *1/2 cuil. à café de moutarde forte*
- *1 cuil. à soupe d'aneth haché*
- *sel*

1. Lavez les tomates, retirez une calotte au sommet, évidez-les, salez l'intérieur et retournez-les sur une assiette. Hachez la chair, mettez-la dans une passoire et salez-la.

2. Hachez grossièrement les crevettes. Écalez les œufs durs, sortez les jaunes et hachez les blancs avec un couteau.

3. Travaillez les jaunes d'œufs à la fourchette en y incorporant la chair des tomates, la mayonnaise, la moutarde et l'aneth. Ajoutez les crevettes et les blancs d'œufs.

4. Essuyez l'intérieur des tomates, emplissez-les avec la préparation et gardez au frais.

Gâteau d'omelettes

Préparation & Cuisson 1 h

Pour 10 parts

- *24 œufs*
- *1 tranche de jambon cru*
- *2 tomates*
- *1/2 poivron rouge*
- *1 petite aubergine*
- *1 petite courgette*
- *3 gousses d'ail*
- *5 cuil. à soupe de fines herbes mélangées hachées*
- *2 cuil. à café de compote d'oignons en bocal*
- *2 cuil. à café de tapenade*
- *1 cuil. à soupe de parmesan râpé*
- *1 cuil. à soupe de gruyère râpé*
- *8 cuil. à café d'huile*
- *sel, poivre*

1. Faites griller l'aubergine sous le gril du four pendant 20 mn en la retournant à mi-cuisson. Pelez-la et écrasez la chair à la fourchette. Ébouillantez les tomates, pelez-les et hachez-les. Taillez le demi-poivron en petits dés. Pelez la courgette et râpez-la. Coupez le jambon en petits morceaux. Pelez l'ail et passez-le au presse-ail.

2. Cassez 3 œufs dans un bol, battez-les en omelette, salez et poivrez, ajoutez les tomates et 1 pincée d'ail. Faites cuire cette omelette à feu doux, dans une petite poêle, avec 1 cuillerée à café d'huile. Lorsqu'elle est bien prise dessous mais encore baveuse sur le dessus, faites-la glisser dans un moule à charlotte ou à soufflé à peine plus grand que l'omelette, côté baveux sur le dessus.

3. Préparez une 2e omelette avec 3 œufs et la compote d'oignons. Faites-la glisser sur la précédente.

4. Préparez une 3e omelette avec 3 œufs, le demi-poivron, du sel et du poivre, faites-la glisser sur la précédente.

5. Préparez une 4e omelette avec 3 œufs et la courgette revenue 2 mn dans la poêle, du sel, du poivre, 1 pincée d'ail et le gruyère. Faites-la glisser sur la précédente.

6. Préparez une 5e omelette avec 3 œufs et le jambon. Faites-la glisser sur la précédente.

7. Préparez une 6e omelette avec l'aubergine, le parmesan, 1 pincée d'ail, du sel et du poivre. Faites-la glisser sur la précédente.

8. Préparez une 7e omelette avec 3 œufs et la tapenade. Faites-la glisser sur la précédente.

9. Préparez une 8e omelette avec 3 œufs, les fines herbes, 1 pincée d'ail, du sel et du poivre. Faites-la glisser sur la précédente. Posez immédiatement dessus une assiette retournée surmontée d'un poids. Laissez refroidir.

10. Pour servir, retournez le moule sur un plat et, éventuellement, décorez le gâteau avec des fines herbes et un hachis de tomates ou de poivrons. Présentez à part une sauce tomate fraîche (voir recette ci-contre).

Gâteau d'omelettes

Sauce tomate fraîche

Préparation & Cuisson 15 mn

Pour 10 parts d'omelette

- *750 g de tomates bien mûres*
- *2 côtes de céleri*
- *1 gousse d'ail*
- *2 branches de thym émiettées*
- *2 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *1 cuil. à soupe de bon vinaigre*
- *2 pincées de sucre*
- *sel, poivre*

1. Effilez le céleri, lavez-le et coupez-le en lamelles. Pelez l'ail et coupez-le en quatre. Ébouillantez les tomates, pelez-les, ouvrez-les en deux et épépinez-les.

2. Passez les tomates au mixeur, ajoutez le céleri, l'ail, l'huile, le thym, le vinaigre, le sucre, du sel et du poivre. Mixez à nouveau, vérifiez l'assaisonnement, passez la sauce au tamis, mettez-la dans une coupelle et gardez-la au frais.

Moules farcies

Pour 10 personnes

Préparation 1 h • **Cuisson** 1 h 20 • **Réfrigération** 12 h

- *2 kg de grosses moules d'Espagne*
- *600 g d'oignons*
- *225 g de riz long*
- *50 cl d'huile d'olive*
- *1 gros bouquet de persil plat*
- *3 cuil. à soupe de raisins de Corinthe*
- *3 cuil. à soupe de pignons de pin*
- *2 cuil. à café de cannelle*
- *5 cuil. à soupe de jus de citron*
- *quartiers de citron*
- *sel, poivre*

1. Lavez les moules à grande eau et grattez-les très soigneusement. Ouvrez-les avec la lame d'un couteau, sans séparer les deux coquilles. Récupérez l'eau des moules en travaillant au-dessus d'une jatte.

2. Épluchez les oignons et hachez-les finement. Mettez-les dans une sauteuse avec 4 cuillerées à soupe d'eau. Couvrez et faites-les fondre à feu doux pendant 10 mn sans les laisser blondir.

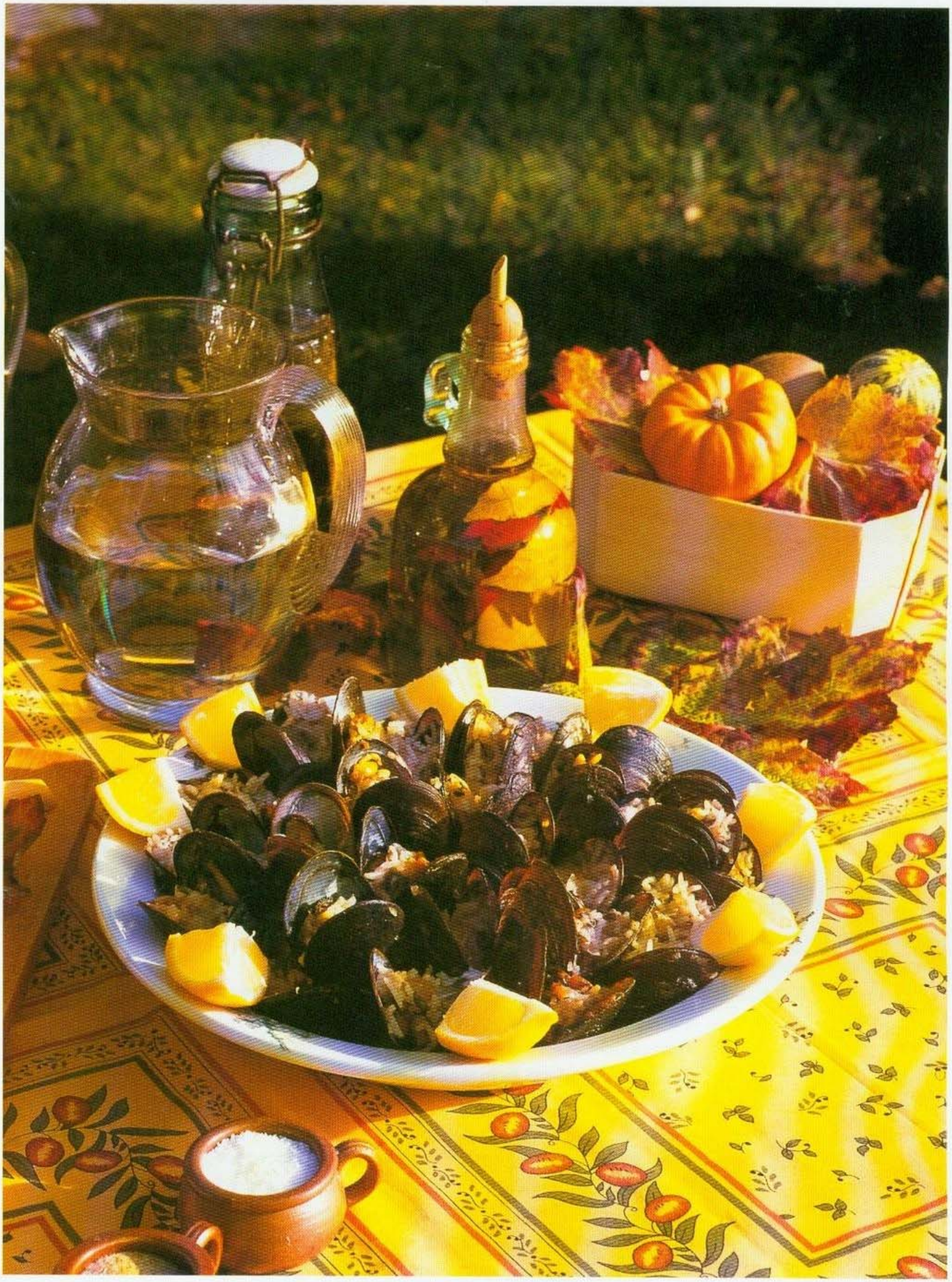
3. Lavez le riz. Hachez le persil. Filtrez le jus des moules et mettez-en 12 cl de côté. Gardez le reste. Arrosez les oignons avec la moitié de l'huile, ajoutez le persil, le riz, les raisins, les pignons, la cannelle et les 12 cl de jus des moules. Poivrez, mélangez, couvrez et laissez cuire, à feu doux, de 10 à 15 mn, jusqu'à l'absorption totale du liquide. Laissez tiédir. Vérifiez l'assaisonnement.

4. Farcissez chaque moule avec 1 cuillerée à soupe de riz. Refermez les moules et rangez-les à plat dans une sauteuse, sur deux ou trois couches.

5. Mesurez à nouveau le jus des moules : il vous en faut 25 cl. Si besoin est, ajoutez un peu d'eau pour compléter. Versez-le sur les moules ainsi que le jus de citron et le reste de l'huile. Posez une assiette sur les moules pour les maintenir pendant la cuisson. Couvrez et laissez cuire 1 h à feu doux.

6. Laissez refroidir les moules, puis laissez-les reposer pendant au moins 12 h au réfrigérateur (elles peuvent attendre 48 h dans une boîte hermétique).

7. Disposez les moules sur un plateau avec des quartiers de citron et servez-les à température ambiante.



Moules farcies

Laitue aux trois légumes

PRÉPARATION 15 MN

POUR 6 PERSONNES

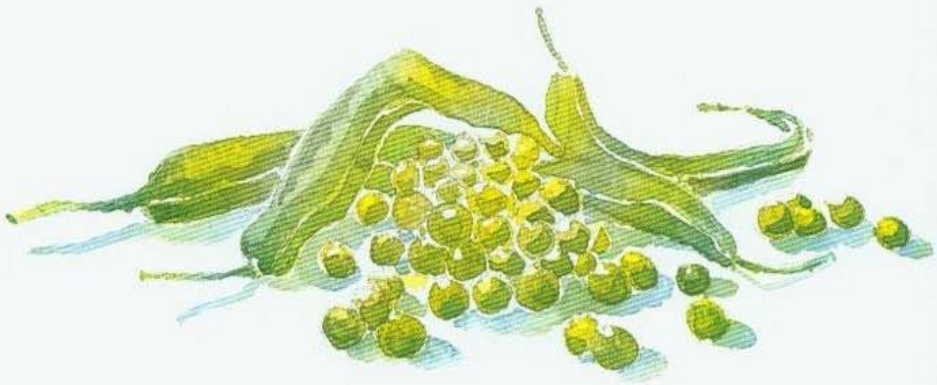
- *1 batavia*
- *4 carottes nouvelles*
- *1/2 boîte de petits pois*
- *1 petite boîte de maïs*
- *1/2 pélardon (fromage de chèvre)*
- *1 échalote*
- *1 petite gousse d'ail*
- *1 cuil. à soupe de persil plat*
- *1 cuil. à soupe de cerfeuil*
- *1 cuil. à soupe de ciboulette*
- *2 cuil. à soupe d'huile de noisette*
- *2 cuil. à soupe d'huile d'arachide*
- *2 cuil. à soupe de vinaigre de xérès*
- *sel, poivre*

1. Lavez la salade et coupez les feuilles en morceaux. Grattez les carottes, coupez-les en petits bâtonnets, recoupez ceux-ci en dés. Égouttez les petits pois et le maïs.

2. Épluchez et hachez finement l'ail et l'échalote.

3. Écrasez le fromage à la fourchette, ajoutez le vinaigre, du sel et du poivre, puis les deux huiles.

4. Au moment de servir, mélangez la salade verte et les légumes à cette sauce, ajoutez les herbes et les condiments hachés et mélangez à nouveau.



Tranches de poivrons farcis

PRÉPARATION 20 MN • **RÉFRIGÉRATION** 3 H

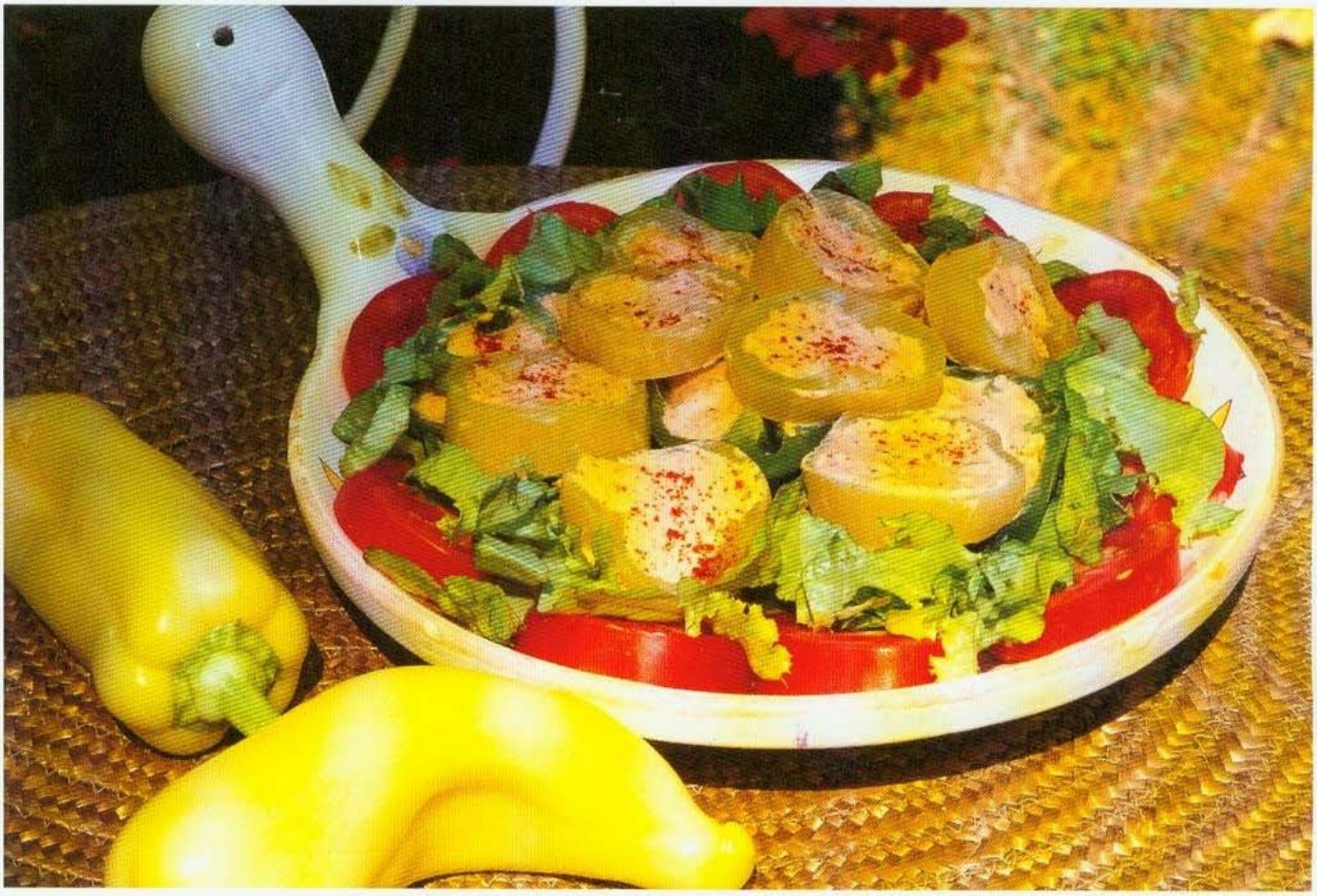
POUR 20 TRANCHES ENV.

- *4 petits poivrons jaunes*
- *4 carrés de fromage demi-sel*
- *1 cuil. à soupe de crème fraîche épaisse*
- *2 échalotes*
- *1 cuil. à café d'épices mélange tandoori*
- *2 cuil. à café de moutarde*
- *1 cuil. à café de cumin en poudre*
- *feuilles de salade*
- *tomates*

1. Épluchez les échalotes et hachez-les très finement. Malaxez ensemble les échalotes, le fromage, la crème, les épices tandoori, la moutarde et le cumin.

2. Lavez les poivrons, essuyez-les, coupez soigneusement la partie supérieure et retirez les graines. Farcissez-les avec la préparation précédente et laissez-les au moins 3 h au réfrigérateur.

3. Pour servir, garnissez le plat de service avec des feuilles de salade et des rondelles de tomate. Coupez délicatement les poivrons en rondelles d'environ 1,5 cm d'épaisseur, rangez-les sur le plat, et poudrez-les d'un peu de mélange tandoori.



Tranches de poivrons farcis

Tomates jardinières

PRÉPARATION 30 MN • **DÉGORGEMENT** 15 MN • **RÉFRIGÉRATION** 30 MN

POUR 8 TOMATES

- *8 tomates bien fermes d'environ 6 cm de diamètre*
- *1/2 boîte de petits pois*
- *1 petite boîte de pointes d'asperges*
- *8 feuilles de laitue*
- *4 cuil. à soupe de mayonnaise légère*
- *2 cuil. à soupe de cerfeuil haché*
- *1 cuil. à soupe d'estragon haché*
- *8 brins de persil plat*
- *1 cuil. à soupe de sucre*
- *sel*

1. Lavez les tomates, coupez-les en deux et retirez la chair avec une petite cuillère. Poudrez l'intérieur de sucre et de sel et laissez-les dégorger 15 mn.

2. Égouttez les légumes, recoupez les asperges en dés, mélangez-les avec la mayonnaise, le cerfeuil et l'estragon.

3. Égouttez bien les tomates, garnissez-les avec la préparation et laissez-les 30 mn au frais.

4. Pour servir, disposez chaque tomate sur une feuille de laitue et piquez-la d'un brin de persil.

Tarte au gruyère et au raisin

Préparation 30 mn • **Repos de la pâte** 1 h • **Cuisson** 45 mn

Pour 6 à 8 parts

Pour la pâte brisée

- *200 g de farine*
- *100 g de beurre*
- *1 pincée de sel*

Pour la garniture

- *500 g de raisin blanc sans pépins*
- *2 œufs*
- *70 g de gruyère râpé*
- *2 cuil. à soupe de fromage blanc*
- *1 cuil. à soupe de lait*
- *2 pincées de cumin en poudre*
- *sel, poivre*

1. Préparez la pâte en mélangeant tous les ingrédients. Ajoutez un peu d'eau pour amalgamer la pâte, roulez-la en boule et laissez-la reposer 1 h au réfrigérateur.

2. Après 1 h de repos, faites chauffer le four à 225 °C (th. 7). Beurrez un moule à tarte de 26 cm de diamètre.

3. Farinez le plan de travail, étalez-y la pâte. Garnissez-en le moule, piquez le fond, couvrez d'aluminium et de haricots secs, faites cuire 15 mn au four.

4. Préparez la garniture : lavez le raisin et égrappez-le. Battez les œufs dans une jatte, ajoutez le fromage blanc, le lait, le cumin et 40 g de gruyère râpé. Salez et poivrez.

5. Retirez les haricots et l'aluminium qui recouvre la pâte, versez le mélange aux œufs dans le moule, répartissez dessus les grains de raisin et parsemez du reste du gruyère. Réduisez la température du four à 200 °C (th. 6), enfournez et laissez cuire 30 mn.

• Conseil

Si vous ne trouvez pas de raisin sans pépins, prenez la peine et le temps d'extirper les pépins à l'aide d'une épingle à cheveux neuve. Vous pouvez aussi peler les grains si leur peau est trop épaisse.

Salade à l'avocat

Préparation 25 mn

Pour 8 personnes

- *4 avocats*
- *2 pommes*
- *1 cœur de céleri en branches*
- *400 g de blancs de poulet cuits*
- *1 bouquet de ciboulette*
- *1 bouquet de cerfeuil*
- *quelques feuilles de laitue*
- *100 g de cerneaux de noix*
- *4 cuil. à soupe jus de citron*
- *150 g de mayonnaise légère*
- *sel, poivre*

1. Pelez les avocats, dénoyautez-les et coupez-les en dés. Arrosez-les avec la moitié du jus de citron. Salez et poivrez. Épluchez les pommes et coupez-les en dés. Arrosez avec le reste du jus de citron. Effilez les côtes de céleri et coupez-les en lamelles. Coupez les blancs de poulet en dés. Concassez grossièrement les cerneaux de noix. Mélangez délicatement tous ces ingrédients avec la mayonnaise et la moitié des fines herbes hachées.

2. Tapissez un saladier avec les feuilles de laitue lavées et essorées. Versez le tout dans le saladier et parsemez avec le reste des fines herbes.

Tarte au gruyère et au raisin

Pissaladière

Pour 8 parts

- *400 g de pâte à pain*
- *2 kg d'oignons*
- *2 gousses d'ail*
- *1 bouquet garni*
- *50 g d'olives noires*
- *8 filets d'anchois*
- *4 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *sel*

Préparation 20 mn • **Cuisson** 1 h 40

1. Pelez et hachez l'ail et les oignons. Salez-les légèrement et faites-les fondre 1 h dans une cocotte avec 2 cuillerées à soupe d'huile et le bouquet garni, sans les laisser blondir.

2. Étalez la pâte à pain en un rectangle de 1,5 cm d'épaisseur sur le plan de travail fariné. Posez-la sur la tôle beurrée et faites un rebord tout autour. Laissez-la lever, puis mettez-la 10 mn au four à 200 °C (th. 6).

3. Étalez alors les oignons sur la pâte, répartissez dessus les olives et les filets d'anchois, arrosez avec le reste de l'huile d'olive. Remettez au four et faites cuire pendant 15 mn au four.

Terrine de légumes

Préparation 40 mn • **Cuisson** 30 mn • **Réfrigération** 12 h

Pour 10 à 12 personnes

- *700 g de jambon de Paris*
- *4 carottes*
- *2 courgettes*
- *200 g de haricots verts*
- *2 poivrons rouges*
- *20 cl de crème fraîche épaisse*
- *2 blancs d'œufs*
- *3 cuil. à soupe d'huile*
- *3 cuil. à soupe de vinaigre de vin*
- *quelques feuilles de salade*
- *sel, poivre*

Pour la sauce

- *5 cuil. à soupe de mayonnaise légère*
- *3 pots de yaourt*
- *2 cuil. à soupe de ketchup*
- *1 cuil. à soupe de concentré de tomate*
- *1 petite carotte*
- *1 grosse échalote*
- *sel, poivre*

1. Faites griller les poivrons sous le gril du four pendant 20 mn en les tournant d'un tiers de tour toutes les 7 mn environ. Pelez-les, épépinez-les et coupez la chair en longues lanières.

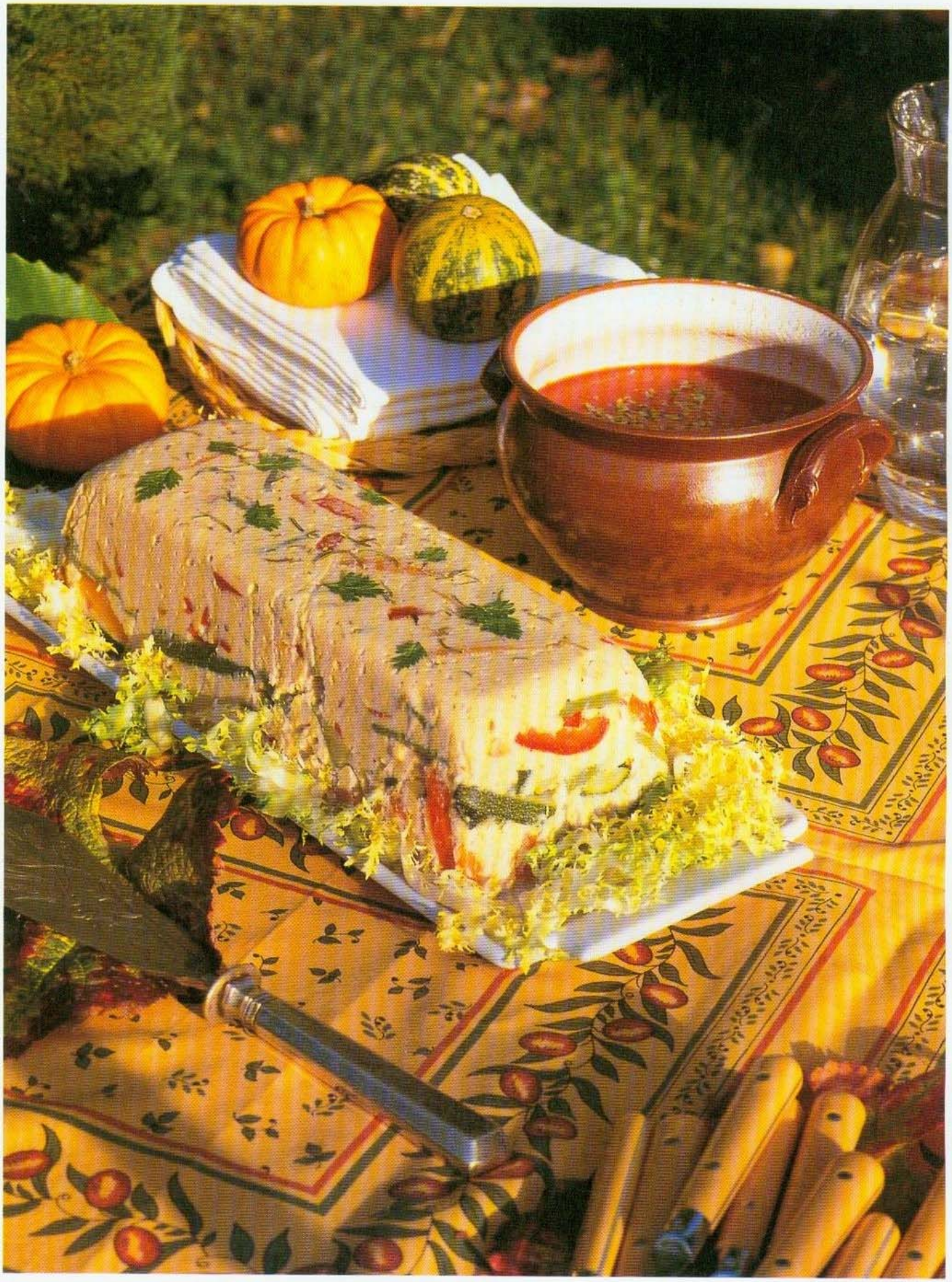
2. Épluchez les carottes, les courgettes et les haricots verts. Faites cuire ces légumes dans un cuit-vapeur en comptant 30 mn pour les carottes, 15 mn pour les courgettes et 10 mn pour les haricots verts. Passez ces légumes sous l'eau froide, coupez les carottes et les courgettes en longs bâtonnets.

3. Retirez la couenne et le gras du jambon. Coupez-le en morceaux et passez-le au robot ménager. Ajoutez les blancs d'œufs, l'huile, le vinaigre et la crème par petites quantités à la fois, en faisant fonctionner l'appareil. Assaisonnez fortement de sel et de poivre.

4. Garnissez un grand moule à cake de film alimentaire. Déposez au fond une fine couche de crème de jambon, puis une couche de légumes et continuez en alternant crème de jambon et légumes. Terminez par une couche de crème de jambon. Tapez le moule contre le plan de travail pour chasser l'air, couvrez d'une planchette et d'un poids pour bien tasser et laissez au moins 12 h au réfrigérateur.

5. Préparez la sauce en mélangeant doucement la mayonnaise, le yaourt, le ketchup et le concentré de tomate. Râpez finement la carotte et ajoutez-la. Pelez l'échalote et passez-la au presse-ail au-dessus de la sauce. Mélangez délicatement et vérifiez l'assaisonnement.

6. Démoulez la terrine sur un lit de salade, décorez éventuellement de fines herbes ou de légumes coupés en dés ou en fleurs.



Terrine de légumes

Gâteau surprise

Préparation & Cuisson 40 mn

Pour 8 personnes

- *275 g de compote d'abricots (Confipote)*
- *100 g de poudre d'amandes*
- *150 g de pâte d'amande*
- *100 g de chocolat*
- *85 g de beurre mou*
- *50 g de farine*
- *4 œufs*
- *50 g de fécule*
- *8 cuil. à soupe de sucre*
- *2 cuil. à soupe de kirsch*
- *2 cuil. à soupe de calvados*
- *2 pincées de vanille*
- *sel*

1. Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Mélangez soigneusement les jaunes d'œufs avec la poudre d'amandes 6 cuillerées à soupe de sucre et 75 g de beurre, puis ajoutez le kirsch et la vanille. Ajoutez 1 pincée de sel aux blancs d'œufs, battez-les en neige, ajoutez le reste du sucre et continuez à battre encore quelques secondes. Incorporez ces blancs à la préparation précédente. Incorporez ensuite délicatement la farine et la fécule.

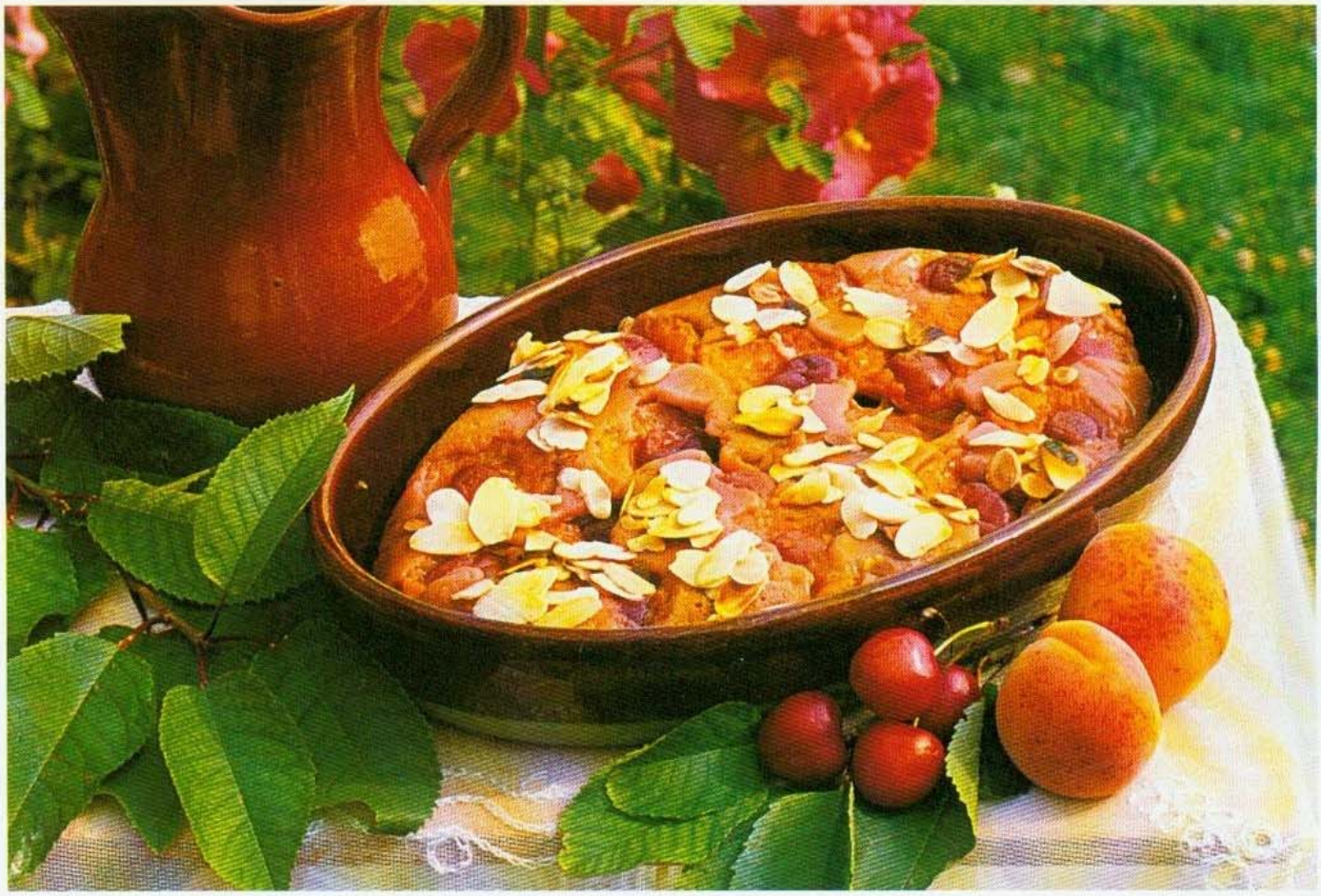
2. Faites chauffer le gril du four. Beurrez un moule à manqué à revêtement antiadhésif de 20 cm de diamètre.

3. Déposez 3 grosses cuillerées à soupe de pâte dans le moule, étalez-la en tournant doucement le moule, glissez celui-ci à 8 ou 10 cm du gril et laissez cuire 60 secondes en laissant le four ouvert.

4. Sortez le moule du four et tartinez la pâte cuite d'une petite couche de compote d'abricots, recouvrez de 3 cuillerées à soupe de pâte et faites cuire cette nouvelle couche 60 secondes sous le gril. Tartinez de compote, recouvrez de pâte et continuez ainsi jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de pâte : vous devez en avoir quatre couches. Démoulez le gâteau sur un plat et tartinez le dessus et le tour de compote.

5. Placez la pâte d'amande entre deux feuilles de film alimentaire et étalez-la avec le rouleau à pâtisserie. Découpez-y un disque à la dimension du moule. Posez ce disque sur la compote et appuyez légèrement pour le faire adhérer. Découpez également une bande de la hauteur du gâteau et entourez-en celui-ci.

6. Cassez le chocolat en morceaux et faites-le fondre doucement avec le reste du beurre. Ajoutez le calvados. Versez le chocolat fondu sur la pâte d'amande, étalez-le à l'aide d'une spatule sur le dessus et sur le tour. Laissez sécher.



Renversé aux abricots et aux cerises

Renversé aux abricots et aux cerises

Pour 8 à 10 parts

- *9 abricots*
- *18 cerises*
- *200 g de farine*
- *110 g de beurre mou*
- *2 œufs*
- *150 g de sucre roux*
- *75 g de sucre semoule*
- *50 g d'amandes effilées*
- *6 cuil. à soupe de confiture d'abricots*

Préparation 30 mn • **Cuisson** 40 mn

1. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6). Beurrez un grand plat à gratin avec 30 g de beurre. Étalez-y 4 cuillerées à soupe de confiture d'abricots.

2. Lavez les abricots, coupez-les en deux et dénoyautez-les. Lavez les cerises et dénoyautez-les également. Mettez 1 cerise dans chaque demi-abricot et rangez ceux-ci côte à côte dans le plat, côté cerise contre le récipient. Poudrez de sucre semoule.

3. Travaillez le reste du beurre pour le mettre en pommade, ajoutez-y successivement le sucre roux, puis les œufs, le reste de la confiture et la farine. Déposez ce mélange sur les fruits, lissez la surface et faites cuire 40 mn au four.

4. Faites blondir les amandes dans une poêle sèche.

5. Lorsque la cuisson est achevée, laissez reposer le gâteau 5 mn, puis retournez-le sur un plat et remettez-le à l'envers dans le plat de cuisson. Parsemez avec les amandes blondies et servez à température ambiante.

Tarte aux pommes et aux mûres

Préparation 30 mn • **Repos de la pâte** 1 h • **Cuisson** 35 mn

Pour 8 parts

Pour la pâte

- *200 g de farine*
- *100 g de beurre*
- *1 jaune d'œuf*
- *20 g de sucre*
- *sel*

Pour la garniture

- *1 kg de pommes*
- *250 g de mûres*
- *6 cuil. à soupe de cassonade*
- *1 cuil. à café de cannelle*

1. Préparez une pâte brisée en mélangeant la farine, le beurre coupé en morceaux, le jaune d'œuf, le sucre et 1 pincée de sel. Ajoutez un peu d'eau pour obtenir une pâte homogène. Roulez-la en boule et laissez-la reposer 1 h au réfrigérateur.

2. Rincez rapidement les mûres et laissez-les sécher sur du papier absorbant.

3. Après 1 h de repos, faites chauffer le four à 250 °C (th. 8). Beurrez un moule à tarte de 26 à 28 cm de diamètre.

4. Farinez le plan de travail, étalez-y la pâte au rouleau, garnissez-en le moule et piquez le fond à la fourchette. Mélangez la cassonade et la cannelle. Poudrez le fond de tarte avec la moitié de ce mélange.

5. Pelez les pommes, coupez-les en quartiers, retirez le cœur et les pépins et recoupez les quartiers en deux. Rangez-les sur la pâte et comblez les creux avec les mûres, poudrez du reste du mélange cassonade-cannelle, mettez au four, réduisez la température à 200 °C (th. 6) et laissez cuire 35 mn.

Tarte campagnarde

Préparation 20 mn • **Cuisson** 45 mn

Pour 8 parts

- *230 g de pâte feuilletée étalée*
- *200 g de fromage de chèvre non affiné*
- *100 g de fruits confits*
- *3 œufs*
- *125 g de sucre*
- *2 cuil. à soupe de fécule*
- *2 cuil. à soupe de raisins secs macérés dans 3 cuil. à soupe de cognac*

1. Faites chauffer le four à 225 °C (th. 7). Déposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Piquez le fond avec une fourchette.

2. Écrasez le fromage à la fourchette. Hachez les fruits confits. Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Battez les jaunes avec 100 g de sucre. Incorporez-y successivement la fécule, le fromage, les fruits confits, les raisins et leur cognac de macération.

3. Battez les blancs d'œufs en neige ferme en y incorporant le reste du sucre. Ajoutez-les délicatement à la préparation précédente, versez sur le fond de tarte et lissez la surface.

4. Mettez le moule au four et laissez cuire pendant 15 mn. Réduisez la température à 170 °C (th. 5) et laissez cuire encore 30 mn. Laissez reposer la tarte 15 mn avant de la démouler sur une grille et de la laisser refroidir.

Tarte aux pommes et aux mûres

Tarte au raisin

POUR 8 PERSONNES

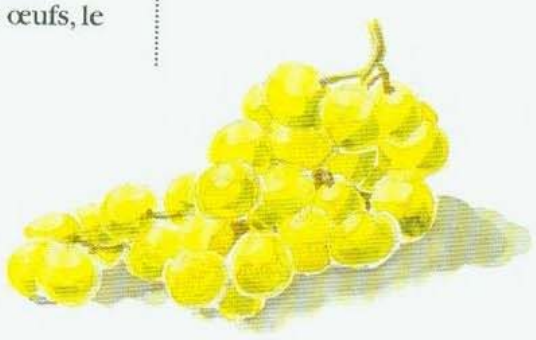
- *230 g de pâte feuilletée étalée*
- *300 g de raisin blanc*
- *50 cl de crème fraîche épaisse*
- *2 œufs*
- *2 sachets de sucre vanillé*
- *3 cuil. à soupe de sucre semoule*
- *2 cuil. à soupe de kirsch*

PRÉPARATION 15 MN • **CUISSON** 40 MN

1. Faites chauffer le four à 230 °C (th. 7). Tapissez un moule à tarte de 28 cm de diamètre avec la pâte feuilletée. Piquez le fond à la fourchette, recouvrez d'aluminium et de haricots secs et faites cuire 15 mn au four.

2. Lavez le raisin et égrenez-le. Mélangez la crème avec les œufs, le kirsch et le sucre vanillé.

3. Retirez les haricots et l'aluminium qui couvrent le fond de tarte. Poudrez la pâte de sucre semoule, déposez dessus les grains de raisin, nappez-les de la préparation à la crème, remettez au four, réduisez la température à 200 °C (th. 6) et laissez cuire 25 mn.



Tourte de bettes à la niçoise

Préparation 50 mn • **Repos de la pâte** 1 h • **Cuisson** 35 mn

Pour 10 à 12 parts

Pour la pâte

- *500 g de farine*
- *200 g de beurre mou*
- *150 g de sucre*
- *2 œufs*
- *3 pincées de sel*

Pour la garniture

- *700 g de vert de bettes*
- *100 g de raisins secs*
- *4 pommes*
- *100 g de pignons de pin*
- *150 g de cassonade*
- *2 œufs*
- *1 jaune d'œuf*
- *50 g de parmesan râpé*
- *10 cl de rhum*
- *1 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- *1 pincée de poivre*

1. Faites tremper les raisins dans le rhum.

2. Préparez la pâte et laissez-la reposer pendant 1 h.

3. Lavez le vert des bettes, coupez-les en lamelles, mettez-les dans une jatte, posez dessus une grille surmontée d'un poids et faites couler de l'eau fraîche pendant 30 mn.

4. Égouttez les bettes et séchez-les dans un linge. Mélangez les œufs entiers, les raisins et le rhum, le parmesan, les pignons, l'huile, le poivre, la cassonade et les bettes.

5. Épluchez les pommes et coupez-les en lamelles. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6).

6. Étalez la moitié de la pâte sur le plan de travail fariné en un disque de 30 cm de diamètre. Badigeonnez le tour avec le jaune d'œuf à l'aide d'un pinceau. Disposez sur la pâte, jusqu'à 2 cm du bord, le mélange de bettes, rangez dessus les lamelles de pommes, recouvrez avec le reste de la pâte étalé en un autre disque de 30 cm. Pincez fermement les bords, badigeonnez le dessus de jaune d'œuf, striez-le avec une fourchette et faites cuire au four pendant 35 mn.

Flan à la crème de poires

Préparation 30 mn • **Cuisson** 1 h 20

Pour 8 à 10 parts

- *10 poires pas trop grosses*
- *10 prunes*
- *20 fraises*
- *300 g de fromage blanc*
- *8 œufs*
- *200 g de cassonade*
- *1 cuil. à café de cannelle*

1. Épluchez les poires, coupez-les en morceaux, ajoutez 100 g de cassonade et faites-les cuire environ 20 mn, jusqu'à ce qu'elles soient réduites en compote.

2. Battez les œufs avec le reste de la cassonade et le fromage blanc, ajoutez la compote tiède et mélangez.

3. Faites chauffer le four à 140 °C (th. 4). Beurrez un joli moule à manqué de 22 cm de diamètre ou un plat à bord haut. Versez-y la préparation.

4. Lavez les prunes, coupez-les en deux et dénoyautez-les. Déposez-les dans le plat, côté bombé vers le fond. Poudrez de cannelle et faites cuire 1 h au four.

5. Lavez les fraises, équeutez-les et séchez-les. Déposez-les au creux des prunes lorsque le flan est froid.

Flan à la crème de poires

Tarte exotique au kilomètre

Préparation 45 mn • **Cuisson** 20 mn

Pour 18 parts

- *700 g de pâte feuilletée*
- *200 g de poudre d'amandes*
- *200 g de sucre + 2 cuil. à soupe*
- *200 g de beurre mou*
- *3 œufs*
- *50 g de farine*
- *1/2 pot de confiture d'abricots*
- *200 g de groseilles*
- *4 kiwis*
- *4 bananes*
- *1 grappe de raisin blanc*
- *1 grappe de raisin noir*
- *8 tranches d'ananas*
- *2 cuil. à soupe de rhum*
- *3 pincées de vanille pure*
- *2 cuil. à soupe de jus de citron*

1. Faites chauffer le four à 225 °C (th. 7). Farinez le plan de travail. Divisez la pâte en trois parts égales. Étalez chaque part en un rectangle d'environ 12 x 40 cm. Déposez-les sur la tôle du four humide. Faites un rebord d'au moins 1 cm sur chaque côté long. Piquez les fonds avec une fourchette, mettez-les au four et faites-les cuire 10 mn.

2. Pendant ce temps, travaillez le beurre avec les œufs, 200 g de sucre, la poudre d'amandes, la vanille, le rhum et la farine. Étalez cette crème sur la pâte, remettez au four et faites cuire encore pendant 10 mn. Laissez refroidir sur une grille.

3. Lavez les groseilles, égrappez-les et poudrez-les avec 2 cuillerées à soupe de sucre. Pelez les kiwis et coupez-les en tranches fines. Coupez les tranches d'ananas dans l'épaisseur, horizontalement, puis recoupez-les en huit. Pelez les bananes et coupez-les en rondelles fines, arrosez-les de jus de citron. Lavez le raisin blanc et le raisin noir et égrenez-les.

4. Passez la confiture à la moulinette et faites-la fondre à feu doux.

5. Rangez les fruits sur les bandes de tarte en faisant alterner les couleurs et passez dessus la confiture d'abricots à l'aide d'un pinceau à pâtisserie.

Quadrille aux myrtilles

Préparation 25 mn • **Repos de la pâte** 1 h • **Cuisson** 25 à 30 mn

Pour 8 personnes

Pour la pâte sucrée

- *300 g de farine*
- *120 g de sucre*
- *150 g de beurre*
- *1 jaune d'œuf*
- *10 g de cannelle en poudre*
- *sel*

Pour la garniture

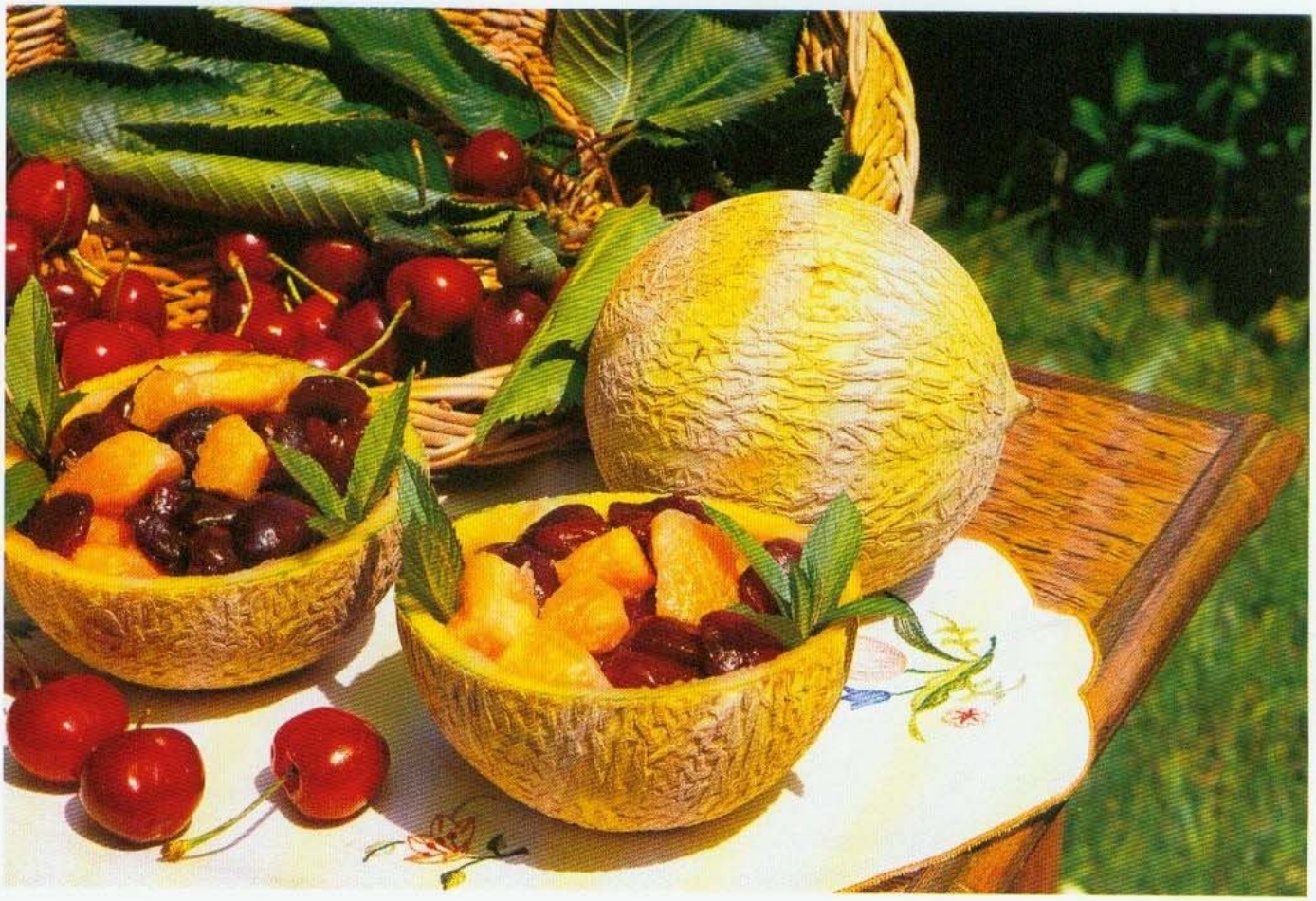
- *500 g de confiture de myrtilles*

1. Préparez la pâte sucrée en mélangeant tous les ingrédients avec juste assez d'eau pour amalgamer le tout. Laissez reposer 1 h.

2. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6). Étalez la pâte sur le plan de travail fariné sur une épaisseur de 3 mm. Garnissez-en un moule carré largement beurré et fariné. Piquez le fond de tarte à la fourchette.

3. Garnissez la tarte de confiture. Amalgamez les chutes de pâte et étendez-les à l'aide du rouleau en un rectangle de 3 mm d'épaisseur. À l'aide d'un couteau, découpez des bandelettes de 1 cm de large. Disposez-les régulièrement sur la confiture en formant un quadrillage.

4. Enfournez, faites cuire de 25 à 30 mn, puis démoulez sur une grille.



Melon aux cerises

Melon aux cerises

Préparation 20 mn • **Cuisson** 20 mn • **Réfrigération** 2 h

Pour 6 personnes

- *3 melons pas trop gros*
- *700 g de cerises*
- *75 g de sucre*
- *15 cl de porto blanc*
- *1 grand bâton d'écorce de cannelle*
- *2 branches de menthe*

1. Lavez les cerises et dénoyautez-les. Mettez-les dans une casserole avec le bâton de cannelle, le sucre et le porto. Faites cuire 20 mn, puis laissez refroidir.

2. Coupez les melons en deux, retirez les pépins, prélevez la chair et coupez-la en dés. Mélangez-la aux cerises et laissez au frais pendant au moins 2 h. Mettez également les écorces de melon au frais.

3. Au moment de servir, lavez la menthe. Remplissez les écorces de melon avec les fruits, jetez la cannelle et décorez avec quelques feuilles de menthe.

Boisson à la fraise

Préparation 15 mn • **Repos** 3 h

Pour 4 litres environ

- *1 kg de fraises*
- *500 g de sucre*

1. Lavez les fraises et équeutez-les. Passez-les au mixeur, ajoutez 3 litres d'eau et le sucre. Mélangez bien et laissez reposer 3 h.

2. Mélangez à nouveau et passez la préparation dans une passoire tapissée d'une gaze. Mettez la boisson dans des bouteilles et gardez-la au frais.

Cerisette

Préparation 30 mn • **Cuisson** 15 mn

Pour 2 litres

- *750 g de griottes ou de montmorency*
- *25 cl de gin*
- *300 g de sucre*
- *1 gousse de vanille*

1. Lavez les cerises, équeutez-les et dénoyautez-les. Concassez le quart des noyaux avec un marteau et enfermez-les dans un sachet de gaze.

2. Fendez la vanille, mettez-la dans une casserole avec 1 litre d'eau et le sucre, portez à ébullition, ajoutez les cerises et le sachet de noyaux. Laissez frémir 15 mn, puis retirez les noyaux, filtrez le jus dans une passoire tapissée d'une gaze et laissez refroidir.

3. Ajoutez le gin au jus des cerises et laissez au frais, éventuellement avec des glaçons, et servez.

Sirop de cerise

Macération 24 h • **Préparation & Cuisson** 2 h

Pour 2 litres environ

- *2 kg de cerises*
- *sucre*

1. Lavez les cerises, équeutez-les et dénoyautez-les. Écrasez les noyaux. Faites macérer 24 h les noyaux concassés et la pulpe écrasée des cerises.

2. Filtrez le jus des fruits, pressez la pulpe et les noyaux dans un linge. Pesez le jus obtenu, ajoutez 1,250 kg de sucre par kilo de jus). Faites chauffer à feu doux jusqu'à ce que le sucre soit dissous, puis portez à ébullition à feu plus vif. Donnez juste un bouillon, laissez refroidir, mettez en bouteilles et fermez hermétiquement.

Boisson à la cerise

Boisson à la cerise

Pour 2 litres environ

- *750 g de cerises*
- *300 g de sucre*
- *le jus de 1 citron*

Préparation & Cuisson 30 mn • **Infusion** 2 h

1. Lavez les cerises, équeutez-les, puis dénoyautez-les. Écrasez les noyaux avec un marteau.

2. Passez la chair des cerises au robot, mettez-la dans un saladier avec les noyaux écrasés.

3. Faites bouillir 1,5 litre d'eau et versez-la bouillante sur les fruits. Laissez infuser pendant 2 h.

4. Une fois l'infusion terminée, passez le contenu du saladier dans une passoire fine, puis filtrez le jus obtenu dans la passoire tapissée d'une gaze.

5. Ajoutez le jus de citron ainsi que le sucre au jus des cerises et mélangez jusqu'à ce que le sucre soit dissous. Versez la boisson aux cerises dans une jolie carafe, puis mettez-la au frais jusqu'au moment de servir.

Quatre-quarts aux trois prunes

Préparation 45 mn • **Cuisson** 40 mn

Pour 6 à 8 personnes

Pour les quatre-quarts

- *300 g de farine*
- *300 g de beurre mou*
- *300 g de sucre*
- *5 œufs*
- *3 cuil. à soupe d'alcool de prune*
- *sel*

Pour la garniture

- *700 g de reines-claudes*
- *500 g de mirabelles*
- *300 g de quetsches*
- *150 g de sucre*
- *10 cl de crème fleurette très froide*

1. Faites chauffer le four à 170 °C (th. 5). Beurrez un moule à tarte de 20 cm et un autre moule de 25 cm de diamètre.

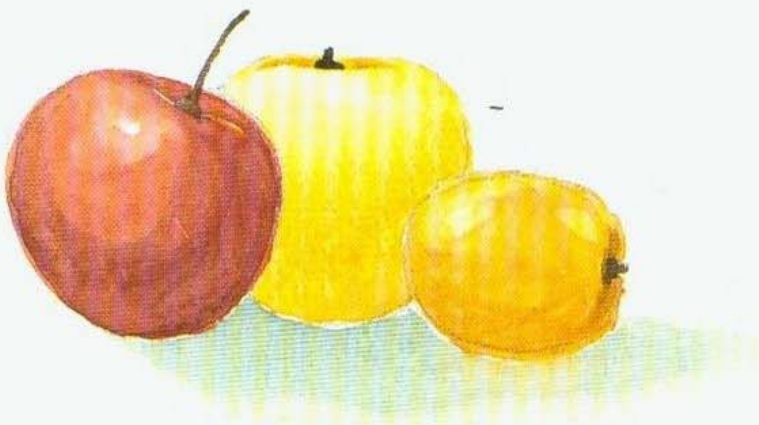
2. Préparez les quatre-quarts : versez la farine dans une jatte, mettez le sucre, 1 pincéee de sel et le beurre coupé en morceaux au centre de la farine. Ajoutez les œufs et mélangez vigoureusement. Incorporez l'alcool de prune. Répartissez la pâte entre les deux moules, couvrez d'aluminium ménager, mettez au four et faites cuire de 15 à 20 mn. Démoulez les biscuits sur une grille et laissez-les refroidir.

3. Pendant ce temps, préparez la garniture : mettez de côté quelques prunes de chaque variété pour la décoration. Lavez les autres, coupez-les en deux et dénoyautez-les. Mettez les reines-claudes dans une casserole avec 3 cuillerées à soupe d'eau et 70 g de sucre. Mettez les mirabelles dans une autre casserole avec 50 g de sucre et 2 cuillerées à soupe d'eau. Mettez les quetsches dans une troisième casserole avec 2 cuillerées à soupe d'eau et 30 g de sucre. Démarrez la cuisson à feu vif, en remuant, pour obtenir des compotes un peu épaisses. Laissez-les refroidir totalement.

4. Fouettez la crème fleurette et ajoutez-la délicatement à la compote de reines-claudes.

5. Coupez chaque biscuit en deux. Déposez un grand disque sur un plat, recouvrez-le avec le tiers de la compote de reines-claudes, posez le second disque dessus, recouvrez-le avec la moitié du reste de la compote, posez un disque plus petit et couvrez-le du reste de cette compote. Terminez par le dernier petit disque et nappez tout le gâteau avec la compote de mirabelles.

6. Coupez en deux les prunes mises de côté, dénoyautez-les et décorez-en le gâteau. Versez la compote de quetsches en filet au centre pour former des marbrures. Servez frais.



Quatre-quarts aux trois prunes

Couronne aux noisettes

Préparation 30 mn • **Cuisson** 40 mn

Pour 6 personnes

- *2 poignées de noisettes*
- *100 g de pralin*
- *300 g de beurre*
- *250 g de sucre*
- *150 g de farine*
- *3 œufs + 3 jaunes*
- *50 g de fécule*
- *1 sachet de levure alsacienne*
- *2 oranges*
- *le zeste râpé de 1 citron*
- *2 cuil. à soupe de Cointreau*
- *sel*

1. Faites chauffer le four à 140 °C (th. 4). Beurrez un moule en couronne.

2. Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Travaillez 100 g de beurre avec 150 g de sucre, 3 jaunes d'œufs, 1 pincée de sel et le zeste du citron. Ajoutez ensuite la farine, la fécule et la levure tamisées. Ajoutez 1 pincée de sel à 3 blancs d'œufs, battez-les en neige ferme, incorporez-les délicatement à la pâte, versez dans le moule et faites cuire 40 mn au four. Démoulez et laissez refroidir sur une grille.

3. Travaillez 3 jaunes d'œufs avec 100 g de sucre dans une jatte placée au-dessus d'un bain-marie. Ajoutez le reste du beurre et le pralin. Faites tiédir sans cesser de remuer, jusqu'à ce que le mélange soit tiède. Retirez alors la jatte du feu et faites-la refroidir dans de l'eau froide en remuant sans arrêt.

4. Pressez les oranges. Mélangez leur jus avec le Cointreau. Coupez la couronne en trois dans l'épaisseur. Posez la tranche inférieure sur le plat de service et imbibez-la du jus d'orange au Cointreau. Recouvrez avec le quart de la crème, posez dessus la seconde tranche, répétez l'opération, posez la troisième tranche, imbibez-la également de jus d'orange et nappez l'ensemble du gâteau avec le reste de la crème. Parsemez avec les noisettes concassées et laissez au frais.

Tarte de Mélanie

Préparation 30 mn • **Cuisson** 40 mn

Pour 8 personnes

- *300 g de pâte sablée au beurre*
- *150 g de miel liquide*
- *4 cuil. à soupe de crème fraîche*
- *100 g d'abricots secs moelleux*
- *100 g d'amandes effilées*
- *3 cuil. à soupe de raisins secs*
- *2 cuil. à soupe de jus de citron*
- *1 cuil. à café de cannelle*
- *2 cuil. à soupe de rhum*

1. Faites tremper les raisins secs dans le rhum. Coupez les abricots en petits dés.

2. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6).

3. Égouttez les raisins. Mélangez ensemble le miel, la crème fraîche, le rhum, le jus de citron et la cannelle puis ajoutez les amandes effilées et les raisins.

4. Beurrez et farinez un moule à tarte de 24 à 26 cm de diamètre. Étalez la pâte sablée et garnissez-en le moule. Piquez le fond à la fourchette puis versez la garniture dessus et étalez-la régulièrement. Mettez au four et laissez cuire 40 mn.

Coupes aux pêches

Coupes aux pêches

Préparation 30 mn • **Cuisson** 10 mn

Pour 6 personnes

- *6 grosses pêches*
- *500 g d'abricots*
- *500 g de fromage blanc*
- *100 g de sucre + 3 cuil. à soupe*
- *2 sachets de sucre vanillé*
- *50 g d'amandes effilées grillées*
- *3 gouttes d'extrait d'amande amère*

1. Faites égoutter le fromage blanc dans une passoire tapissée d'une gaze.

2. Pelez les pêches, coupez-les en deux et dénoyautez-les. Lavez les abricots, coupez-les en deux et dénoyautez-les également.

3. Faites bouillir 50 cl d'eau avec 100 g de sucre semoule et le sucre vanillé. Faites-y pocher les fruits 10 mn, puis égouttez-les.

4. Mixez séparément les pêches et les abricots. Laissez refroidir.

5. Battez le fromage blanc avec 3 cuillerées à soupe de sucre et l'extrait d'amande amère.

6. Disposez la purée d'abricots, le fromage blanc et la purée de pêches en couches alternées. Parsemez avec les amandes.

Charlotte aux prunes et au chocolat blanc

Préparation & Cuisson 30 mn • **Réfrigération** 6 h au moins

Pour 6 à 8 personnes

- *500 g de quatre-quarts coupé en tranches de 1 cm d'épaisseur*
- *200 g de chocolat blanc*
- *500 g de reines-claudes*
- *1 orange*
- *20 cl de crème fraîche épaisse*
- *20 cl de crème fleurette très froide*
- *3 cuil. à soupe de confiture d'abricots*
- *6 feuilles de gélatine*
- *50 g de sucre*
- *1/2 cuil. à café d'extrait d'amande amère*

Pour la décoration

- *pâte d'amande verte (facultatif)*

1. Faites tremper 5 mn la gélatine dans de l'eau froide. Lavez les prunes, mettez-en quelques-unes de côté. Coupez-les en deux et dénoyautez-les.

2. Pressez l'orange, faites chauffer son jus à feu doux. Égouttez la gélatine, ajoutez-la dans le jus chaud et laissez-la fondre hors du feu en remuant.

3. Faites bouillir la crème fraîche épaisse pendant 1 mn. Cassez le chocolat en morceaux, mettez-le dans la crème, hors du feu, laissez-le fondre, puis mélangez avec une cuillère de bois. Incorporez le sucre, la confiture d'abricots, l'extrait d'amande amère et le jus d'orange.

4. Fouettez la crème fleurette. Ajoutez-la à la préparation au chocolat froid.

5. Beurrez un moule à charlotte. Tapissez la paroi de tranches de quatre-quarts. Versez un peu de crème au chocolat au fond, ajoutez quelques fruits, des tranches de quatre-quarts et continuez ainsi en alternant les ingrédients. Terminez par du quatre-quarts. Laissez 6 h au moins au réfrigérateur.

6. Pour servir, démoulez la charlotte sur un plat, garnissez-la avec les prunes mises de côté coupées en deux et, éventuellement, des feuilles coupées dans de la pâte d'amande verte.

Petits sablés bretons

Préparation 40 mn • **Cuisson** 10 à 15 mn

Pour 20 à 30 palets

- *675 g de farine*
- *375 g de beurre demi-sel*
- *375 g de sucre*
- *8 jaunes d'œufs*
- *100 g d'amandes effilées*

Pour la dorure

- *1 jaune d'œuf*

1. Disposez la farine en fontaine. Mettez au centre le sucre, le beurre coupé en petits morceaux et les jaunes d'œufs. Travaillez le tout du bout des doigts en émiettant la pâte au fur et à mesure pour la « sabler ». Ajoutez les amandes.

2. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6). Étalez la pâte sur un plan de travail fariné sur une épaisseur de 1 cm. Découpez des ronds à l'aide d'un emporte-pièce rond de 5 cm de diamètre. Déposez-les sur une plaque beurrée et farinée.

3. Délayez le jaune d'œuf pour la dorure avec 1 cuillerée à soupe d'eau. Badigeonnez-en les sablés. Faites-les cuire de 10 à 15 mn en surveillant. Retirez les biscuits du four dès qu'ils sont bien dorés.

Charlotte aux prunes et au chocolat blanc

Gâteau aux fraises

Préparation 15 mn • **Réfrigération** 2 h

Pour 4 personnes

- *500 g de fraises*
- *1 quatre-quarts de 400 g*
- *250 g de confiture de pêches*
- *4 petits-suisses*
- *1 citron*
- *1 orange*
- *2 cuil. à soupe de sirop de cassis*
- *sel*

1. Lavez les fraises, équeutez-les et coupez-les en deux.

2. Râpez le zeste du citron. Pressez le fruit. Mélangez les petits-suisses avec la confiture, le sirop, 1 pincée de sel, le zeste du citron et 2 cuillerées à soupe de jus.

3. Pressez l'orange. Coupez le quatre-quarts en deux tranches. Arrosez chaque tranche avec du jus d'orange, à l'aide d'un pinceau.

4. Posez une tranche sur le plat de service, recouvrez-la avec la moitié de la crème aux petits-suisses, rangez dessus les deux tiers des fraises et reformez le quatre-quarts avec la seconde tranche. Laissez 2 h au réfrigérateur.

5. Nappez avec le reste de la crème aux petits-suisses et décorez avec le reste des fraises au moment de servir.

Excellence aux cerises

Préparation 20 mn • **Cuisson** 35 mn

Pour 6 personnes

- *350 g de cerises*
- *3 œufs*
- *125 g de beurre*
- *125 g de sucre*
- *75 g de farine*
- *70 g de fécule*
- *1/2 cuil. à café de levure alsacienne*
- *2 cuil. à soupe de kirsch*
- *sel*

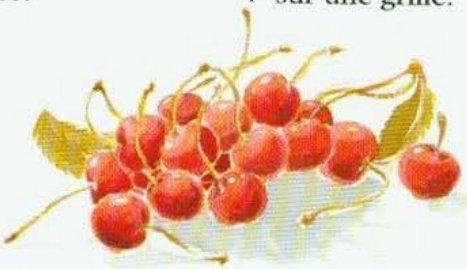
1. Lavez les cerises et dénoyautez-les.

2. Faites fondre le beurre. Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Travaillez les jaunes avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse et mousse. Ajoutez la farine, la fécule et la levure en les tamisant. Incorporez en dernier le beurre fondu et le kirsch.

3. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6). Beurrez un moule à manqué de 24 cm de diamètre.

4. Ajoutez 1 pincée de sel aux blancs d'œufs et battez-les en neige ferme. Incorporez-les délicatement à la pâte en la soulevant sans la battre. Versez la pâte dans le moule à manqué. Répartissez également les cerises à la surface, faites cuire pendant 35 mn au four.

5. Sortez le gâteau du four, laissez-le reposer 10 mn puis démoulez-le délicatement et laissez-le refroidir sur une grille.



Tarte noire et blanche

Préparation 20 mn • **Cuisson** 30 mn

Pour 6 personnes

- *250 g de pâte brisée*
- *500 g de quetsches*
- *4 poires*
- *2 cuil. à soupe de jus de citron*
- *2 cuil. à soupe de gelée de coing*
- *2 cuil. à soupe d'amandes effilées*
- *1 cuil. à soupe de pistaches mondées*

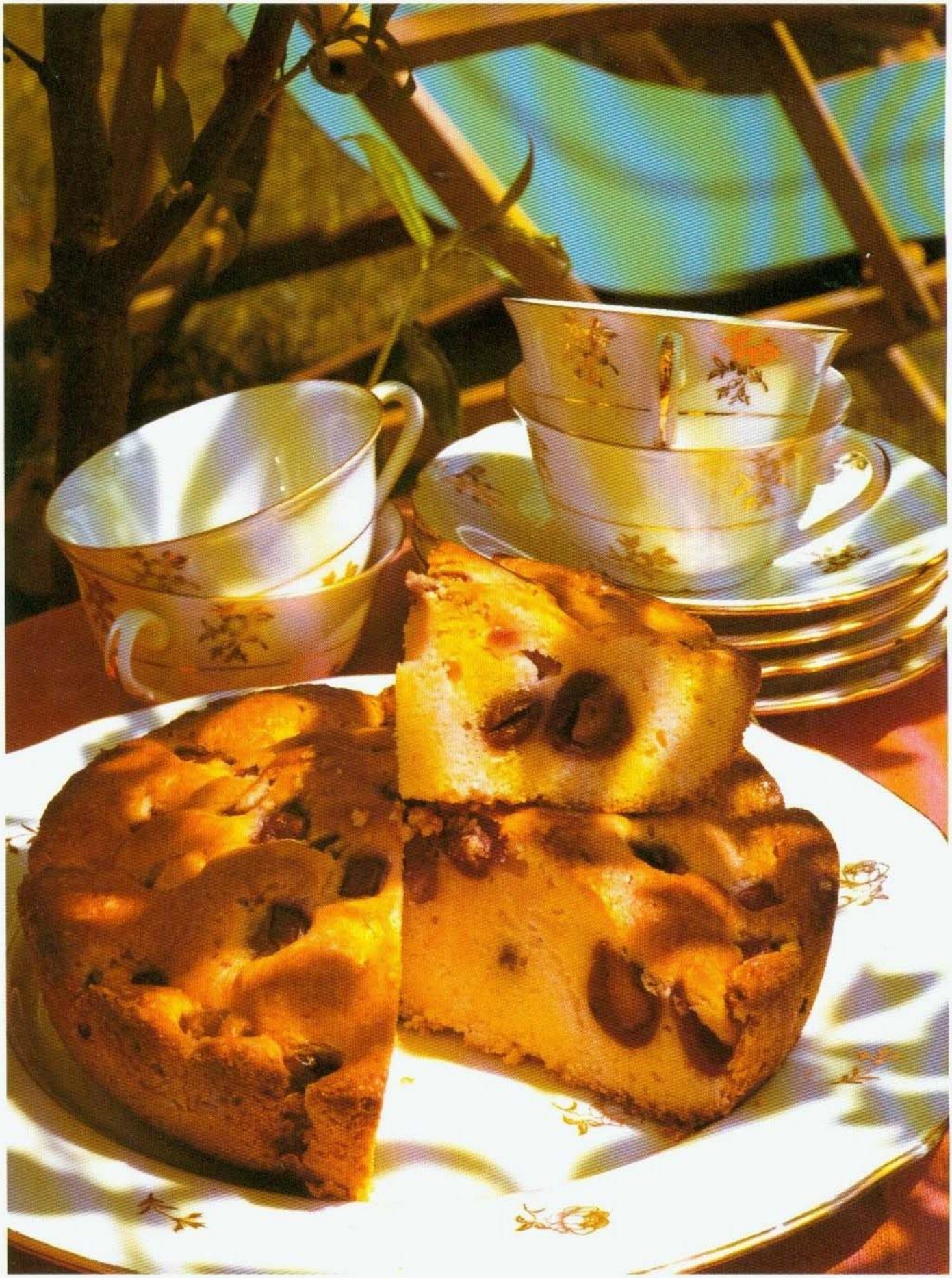
1. Faites chauffer le four à 200 °C (th. 6). Étalez la pâte sur le plan de travail fariné et garnissez-en un moule à tarte de 26 cm de diamètre largement beurré. Piquez le fond à la fourchette.

2. Lavez les quetsches, fendez-les pour les dénoyauter, sans séparer les deux moitiés. Pelez les poires, coupez-les en quartiers, puis recoupez chaque quartier en trois. Aspergez-les de jus de citron.

3. Répartissez les amandes sur le fond de tarte. Disposez les poires au centre et rangez les quetsches autour. Faites cuire 30 mn au four.

4. Faites fondre la gelée de coing à feu doux. Versez-la sur les fruits dès que la tarte sort du four.

5. Concassez grossièrement les pistaches et répartissez-les autour des poires avant que la gelée ne soit prise.



Excellence aux cerises

Dans la colonne **Rapidité**, *les temps de préparation et de cuisson sont additionnés afin de vous donner une idée du temps nécessaire à la confection de chaque recette. Ce temps est donné à l'exclusion des temps de marinade, de réfrigération, de trempage et de repos qui sont donnés en début de chaque recette.*

Pique-niques

Petits paniers salés	Facilité	Rapidité	Prix	Page
Brioches aux légumes	difficile	1 h	bon marché	8
Caillettes	difficile	1 h 25	raisonnable	17
Cake aux olives	très facile	55 mn	raisonnable	14
Chaussons de veau	facile	2 h	raisonnable	16
Chèvrethym	facile	1 h 05	raisonnable	23
Coussinets à l'italienne	facile	1 h 30	bon marché	20
Coussinets à la farce verte	facile	1 h 30	bon marché	20
Feuilles de vigne farcies	difficile	2 h 10	bon marché	35
Feuilletés au porc	facile	55 mn	raisonnable	12
Flan méridional	facile	50 mn	bon marché	25
Galettes au brie	facile	40 mn	raisonnable	26
Galettes au bleu danois	facile	50 mn	raisonnable	26
Œufs durs en robe d'or	facile	30 mn	bon marché	28
Omelettes du jardinier	facile	30 mn	bon marché	29
Pain de maïs	facile	55 mn	bon marché	11
Pan bagnat	très facile	40 mn	bon marché	10
Petits pains à la ciboulette	facile	1 h	bon marché	13
Petits pains de pommes de terre	facile	45 mn	bon marché	14
Pilpil en salade	très facile	30 mn	bon marché	32
Pitas fourrées	très facile	30 mn	bon marché	16
Poulet frit méridional	facile	25 mn	raisonnable	22
Poulet rôti aux pélardons	facile	1 h 30	raisonnable	22
Quiche aux courgettes	facile	1 h 25	bon marché	31
Roulé au tarama de saumon	difficile	1 h 20	raisonnable	28
Taboulé	facile	20 mn	bon marché	32
Tarte aux herbes	facile	1h 05	bon marché	30
Tarte à la ciboulette	facile	1 h 10	raisonnable	34
Tarte levée aux anchois	facile	1 h	bon marché	34
Tartelettes au saumon	facile	1 h 25	raisonnable	18
Tartelettes suisses	facile	1 h 25	raisonnable	18
Terrine au lapin	facile	2 h 15	raisonnable	24
Terrine au jambonneau	facile	2 h 15	raisonnable	24
Terrine de viande aux légumes frais	facile	1 h 15	raisonnable	19
Tomates-cerises à la mozzarella	très facile	20 mn	bon marché	12
Petits paniers sucrés	**Facilité**	**Rapidité**	**Prix**	**Page**
Brioche aux cerises	difficile	1 h 15	raisonnable	38
Brioche aux fruits confits	difficile	1 h 15	raisonnable	38
Cake aux fruits secs	très facile	1 h 20	bon marché	40
Carrés au chocolat	très facile	1 h	raisonnable	46
Carrés de semoule	facile	55 mn	raisonnable	42
Corrézien aux pommes	facile	1 h 05	bon marché	47
Crumble	très facile	40 mn	bon marché	44
Feuilletines à la crème de citron	très facile	35 mn	raisonnable	37
Flan aux nectarines	facile	1 h 15	raisonnable	36
Gâteau fromagé aux cerises	facile	1 h 30	raisonnable	41
Madeleines aux épices	facile	30 mn	bon marché	46
Moelleux aux pêches	très facile	1 h 20	raisonnable	42
Quatre-quarts marbré	facile	1 h 20	raisonnable	40
Rustique aux pommes	très facile	55 mn	bon marché	43
Tarte cocabricots	facile	1 h 35	bon marché	44

Barbecues

Viandes et volailles	Facilité	Rapidité	Prix	Page
Bananes au jambon	très facile	20 mn	raisonnable	54
Brochettes cocktail	très facile	30 mn	raisonnable	55
Brochettes d'agneau aux abricots	facile	45 mn	raisonnable	73
Brochettes de dinde	facile	45 mn	raisonnable	56
Brochettes de foie	facile	35 mn	bon marché	62
Brochettes de gigot	très facile	30 mn	cher	75
Brochettes de poulet fumé	facile	35 mn	raisonnable	54
Brochettes mixtes	facile	35 mn	bon marché	62
Canard (filets aux griottes)	facile	35 mn	cher	58
Cochon de lait farci	difficile	3 h 45	cher	68
Coquelets au miel	facile	40 mn	raisonnable	56
Coquelets aux herbes	facile	45 mn	raisonnable	67
Côtelettes d'agneau aux framboises	très facile	25 mn	cher	58
Côtes de porc à la sauge	facile	30 mn	raisonnable	74
Cuisses de poulet rouges	facile	55 mn	bon marché	66
Entrecôtes à l'avocat	très facile	20 mn	raisonnable	60
Épigrammes au barbecue	très facile	40 mn	raisonnable	60
Filet mignon en brochettes	facile	25 mn	raisonnable	63
Gigot en papillote	facile	1 h 30	cher	64
Hamburgers farcis	facile	25 mn	raisonnable	57
Lapin à l'ail	facile	50 mn	raisonnable	70
Lapin en papillotes	facile	50 mn	raisonnable	70
Méchoui	difficile	4-5 h	cher	69
Mini-brochettes	très facile	20 mn	raisonnable	72
Mixed grill	facile	10 mn	raisonnable	72
Rôti de bœuf à la broche	très facile	50 mn	raisonnable	64
Rôti de dindonneau	facile	1 h 15	bon marché	66
Tournedos aux fruits secs	facile	20 mn	raisonnable	61
Travers de porc à l'aigre-douce	facile	35 mn	bon marché	74
Poissons et fruits de mer	**Facilité**	**Rapidité**	**Prix**	**Page**
Assortiment marin	facile	40 mn	raisonnable	81
Brochettes de langoustines sauce piquante	très facile	25 mn	cher	79
Brochettes de lotte	facile	30 mn	cher	82
Darnes de saumon à la nordique	très facile	25 mn	raisonnable	84
Daurade grillée	très facile	40 mn	raisonnable	80
Gambas au beurre de noisettes	très facile	25 mn	cher	78
Maquereaux l'aneth	facile	35 mn	bon marché	78
Praires et moules farcies	facile	1h	raisonnable	82
Rascasse (filets en papillotes)	facile	20 mn	raisonnable	80
Thon grillé au pistou	facile	35 mn	raisonnable	85
Truites à l'estragon	facile	25 mn	raisonnable	84
Légumes	**Facilité**	**Rapidité**	**Prix**	**Page**
Aubergines grillées	facile	35 mn	raisonnable	88
Aubergines panées	facile	30 mn	bon marché	88
Bâtonnets de pommes de terre au bleu d'Auvergne	facile	55 mn	bon marché	86
Brochettes provençales	facile	30 mn	bon marché	90
Champignons grillés farcis	très facile	35 mn	bon marché	86
Épis de maïs en papillotes	très facile	45 mn	bon marché	87
Poivrons grillés	facile	30 mn	raisonnable	90
Tomates à la crème	très facile	15 mn	bon marché	91
Sauces	**Facilité**	**Rapidité**	**Prix**	**Page**
Sauce rouge	très facile	40 mn	bon marché	76
Sauce verte	très facile	15 mn	bon marché	76
Sauce-compote	très facile	45 mn	bon marché	76

Desserts	Facilité	Rapidité	Prix	Page
Agrumes en papillotes	facile	25 mn	raisonnable	93
Ananas flambé	facile	30 mn	raisonnable	96
Bananes au citron vert	très facile	15 mn	bon marché	97
Compote d'oranges à la cannelle	très facile	35 mn	bon marché	92
Piques chinoises	très facile	15 mn	raisonnable	94
Poires à la bourguignonne	très facile	30 mn	raisonnable	94
Poires au gingembre	très facile	15 mn	bon marché	92
Pommes en papillotes	très facile	35 mn	bon marché	96

Buffets

Boissons	Facilité	Rapidité	Prix	Page
Boisson à la cerise	très facile	30 mn	bon marché	179
Boisson à la fraise	très facile	15 mn	raisonnable	178
Cerisette	très facile	45 mn	raisonnable	178
Framboise pétillante	très facile	15 mn	raisonnable	107
Jus de carotte	très facile	10 mn	bon marché	148
Jus de légumes	très facile	15 mn	bon marché	148
Jus de pomme	très facile	15 mn	bon marché	149
Piña colada	très facile	5 mn	bon marché	106
Punch	très facile	20 mn	cher	105
Sangria	très facile	20 mn	cher	104
Sirop de cerise	très facile	2 h	bon marché	178
Sour mousseux	très facile	10 mn	raisonnable	106
Thé glacé à l'orange et à la pêche	très facile	20 mn	bon marché	104
Amuse-geules et canapés	**Facilité**	**Rapidité**	**Prix**	**Page**
Bâtonnets aux deux fromages	facile	45 mn	raisonnable	111
Canapés au yaourt	très facile	10 mn	raisonnable	110
Croissants au saumon fumé	facile	1 h 05	raisonnable	112
Duchesses au beurre de crustacés	très facile	30 mn	raisonnable	113
Feuilletés aux anchois	facile	45 mn	bon marché	112
Fromages en habit	très facile	30 mn	raisonnable	137
Hérissons	facile	1 h	raisonnable	108
Mini-brochettes à la feta	très facile	15 mn	raisonnable	110
Poissons et fruits de mer	**Facilité**	**Rapidité**	**Prix**	**Page**
Gravlax	très facile	15 mn	raisonnable	123
Miroir au saumon	difficile	1 h 30	cher	124
Moules farcies	difficile	2 h 20	raisonnable	162
Saumon farci froid	facile	1 h 25	raisonnable	122
Tarte aux poireaux et au haddock	facile	1 h 30	raisonnable	120
Tomates aux crevettes	facile	15 mn	raisonnable	159
Tomates en panier à la truite fumée	facile	30 mn	raisonnable	125
Viandes et volailles	**Facilité**	**Rapidité**	**Prix**	**Page**
Canard (filets aux fruits d'été)	facile	40 mn	raisonnable	118
Capilotade de lapin	facile	2 h 30	raisonnable	119
Carré de porc farci	facile	2 h 45	raisonnable	156
Chaud-froid de poulet à l'estragon	difficile	2 h 30	raisonnable	114
Dodine de canard	difficile	2 h 45	raisonnable	116
Jambonneaux à la bourguignonne	facile	4 h 10	raisonnable	152
Savarin de poulet à l'avocat	facile	2 h 30	raisonnable	117
Salades et autres plats salés	**Facilité**	**Rapidité**	**Prix**	**Page**
Bavarois bulgare	facile	45 mn	bon marché	130
Clafoutis aux légumes	facile	1 h 50	raisonnable	131
Coupes de carottes aux fruits	très facile	20 mn	raisonnable	135
Flan aux asperges	facile	1 h 30	raisonnable	126

Gâteau d'omelettes	difficile	1 h	raisonnable	160
Gougères	facile	1 h 10	bon marché	153
Laitue aux trois légumes	très facile	15 mn	raisonnable	164
Œufs farcis	facile	55 mn	bon marché	158
Panier de crudités	très facile	1 h	raisonnable	129
Pasticcio	facile	1 h 30	bon marché	154
Pâté de verdure	difficile	3 h 10	bon marché	150
Pissaladière	facile	2 h	raisonnable	167
Pounti auvergnat	facile	1 h 30	raisonnable	155
Salade à l'avocat	très facile	25 mn	bon marché	166
Salade de coudes multicolores	très facile	30 mn	raisonnable	154
Salade de riz moulée	facile	40 mn	raisonnable	136
Salade fraîche à l'ananas	facile	30 mn	raisonnable	134
Tarte au gruyère et au raisin	facile	1 h 15	raisonnable	166
Tarte aux carottes	facile	1 h 30	bon marché	132
Terrine de légumes	facile	1 h 10	raisonnable	168
Tomates jardinières	très facile	30 mn	bon marché	165
Tranches de poivrons farcis	facile	20 mn	raisonnable	164
Sauces	**Facilité**	**Rapidité**	**Prix**	**Page**
Anchoïade	facile	25 mn	raisonnable	128
Sauce au roquefort	facile	15 mn	raisonnable	128
Sauce tomate fraîche	facile	15 mn	bon marché	161
Sauce verte	facile	10 mn	raisonnable	128
Desserts	**Facilité**	**Rapidité**	**Prix**	**Page**
Baklava	difficile	2 h	raisonnable	141
Charlotte aux abricots	facile	30 mn	raisonnable	142
Charlotte aux prunes et au chocolat blanc	difficile	30 mn	raisonnable	184
Coupes andalouses	très facile	20 mn	raisonnable	144
Coupes aux pêches	très facile	40 mn	bon marché	183
Couronne aux fraises	facile	1 h 10	raisonnable	143
Couronne aux noisettes	facile	1 h 10	raisonnable	182
Crèmes au four aux abricots	difficile	1 h 05	raisonnable	146
Excellence aux cerises	très facile	55 mn	bon marché	186
Feuilleté aux fruits d'été	facile	1 h 30	raisonnable	140
Feuilleté aux nectarines	facile	1 h 30	raisonnable	140
Flan à la crème de poires	facile	1 h 50	raisonnable	174
Gâteau aux fraises	facile	15 mn	raisonnable	185
Gâteau surprise	facile	40 mn	raisonnable	170
Melon aux cerises	très facile	40 mn	raisonnable	177
Pastèque garnie	facile	30 mn	raisonnable	146
Pêches en gelée	facile	30 mn	bon marché	138
Petits sablés bretons	facile	55 mn	bon marché	184
Quadrille aux myrtilles	facile	55 mn	bon marché	176
Quatre-quarts aux trois prunes	facile	1 h 25	raisonnable	180
Renversé aux abricots et aux cerises	facile	1 h 10	raisonnable	171
Salade de fraises à l'orange	très facile	20 mn	raisonnable	147
Salade roussillonnaise	très facile	1 h 30	raisonnable	144
Tarte au raisin	facile	55 mn	bon marché	173
Tarte aux pommes et aux mûres	facile	1 h 05	raisonnable	172
Tarte campagnarde	facile	1 h 05	raisonnable	172
Tarte de Mélanie	facile	1 h 10	raisonnable	182
Tarte exotique au kilomètre	très facile	1 h 05	raisonnable	176
Tarte noire et blanche	facile	50 mn	raisonnable	186
Tourte de bettes à la niçoise	facile	1 h 25	raisonnable	174

Sommaire

Joyeux pique-niques 5

Le matériel adéquat 6

Pour garder au frais 6

Pour le transport 7

Et quoi d'autre ? 7

Brûlants barbecues ! 49

Barbecues et accessoires 50

Autres éléments essentiels 51

Le bon emplacement 51

L'indispensable feu 51

Et la sécurité ? 52

Pour une réussite assurée 53

Buffets de charme 99

Le mobilier 100

Le matériel 100

Les quantités à prévoir 102

Les goûters en plein air 103

Garden-parties 104

Buffets campagnards 148

Goûters 178

Table des recettes 188

Si vous souhaitez organiser de réjouissants pique-niques, de joyeux barbecues, de très chics garden-parties, de pittoresques buffets campagnards ou encore de gourmands goûters en plein air, voici un guide d'idées pour faire la fête différemment.

Vous y trouverez de précieux conseils pour connaître le matériel, les accessoires et la décoration de la table nécessaires à la bonne organisation de votre fête, mais aussi les indications indispensables pour faire vos achats et prévoir les quantités par convive, ainsi que les consignes de sécurité pour réussir à coup sûr.

Petits paniers salés ou sucrés à emporter, amuse-gueules et canapés, salades variées, poissons, volailles et viandes, sauces et desserts... près de 200 recettes faciles et inventives, spécialement conçues pour la cuisine en extérieur, vous sont proposées.

Illustré de plus de 185 photos et dessins en couleurs, voici un guide indispensable pour faire de la cuisine en plein air un vrai moment de plaisir à partager en famille ou entre amis.

9 782012 364356

HACHETTE *Pratique*

23.6435.4
99-V-138F